

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»
Институт психологии
Кафедра психологии образования

**Профилактика межличностных конфликтов
в подростковой среде**

Выпускная квалификационная работа

Направление 44.03.02 – Психолого-педагогическое образование

Профиль – Психология образования

Квалификационная работа
допущена к защите
зав.кафедрой

Исполнитель:
Н.В. Поликарпова -
студентка
очного отделения, группы
БО-41

(подпись) Н.Н.Васягина

2018 г.

Руководитель ОПОП:

(подпись) Н.Н.Васягина

(подпись студента)

Научный руководитель:
Е.А. Казаева – доктор
педагогических наук,
профессор

(подпись преподавателя)

Екатеринбург 2018

Содержание

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические аспекты проблемы профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде.	
1.1. Анализ понятия "межличностные конфликты" в научной литературе.....	6
1.2 Причины межличностных конфликтов подростков.....	17
1.3. Методы и формы профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде.....	24
Глава 2. Практические аспекты проблемы профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде.	
2.1. Организация и методы исследования.....	39
2.2 Программа профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде.....	51
2.3. Анализ результатов исследования.....	55
Заключение.....	62
Список литературы.....	63
Приложение.....	68

Введение

Актуальность темы. Фундаментальным процессом подросткового возраста считается переход из юношества к взрослости. Все сферы развития начинают перестраиваться, возникают и создаются психологические новообразования, которые закладываются в основы сознательного поведения. Помимо этого, формируются социальные установки. Этот преобразовательный процесс и устанавливает доминантные особенности личности подростков. Подростковый возраст – самый сложный и тяжелый из всех детских возрастов, представляющий этап становления личности. Этот период считается кризисным, из-за происходящих модификаций и их характеристик.

Необходимым фактором успешной социализации, в современных условиях, является разрешение личных и общественных инцидентов.

Вследствие этого, одной из актуальных проблем, которые стоят перед общеобразовательной организацией в период её усовершенствования, является проблема профилактики межличностного конфликтного поведения подростков.

Отечественные педагоги и психологи часто обращались к этой проблеме - взаимоотношений в группе сверстников. Многие (Т. В. Драгунова, Л. И. Божович, Л. С. Выготский, В. А. Лабунская, Д. И. Фельдштейн, Н. В. Гришина, Г. С. Абрамова, А. Н. Прихожан, Н. Н. Толстых), сходятся во мнении, что общение со сверстниками наиболее значимо и достаточно часто устанавливает все остальные стороны его поведения и деятельности, а также развития личности.

В современном мире, в практике педагога-психолога встречается расхождение между потребностью исследования своеобразие межличностных отношений в подростковом возрасте со сверстниками и недостаточной теоретической изученностью, методической оснащенностью в данном направлении.

Объект исследования – межличностные конфликты в подростковой среде.

Предмет исследования – программа профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде.

Основной **целью** данной работы является теоретическое обоснование, подбор и апробация программы профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде.

Гипотеза исследования: профилактика межличностных конфликтов в подростковой среде возможна при реализации специально подобранной программы.

Для достижения сформулированной цели работы необходимо решить следующие **задачи**:

- рассмотреть понятие «межличностных конфликтов» в научной литературе;
- проанализировать причины межличностных конфликтов подростков;
- изучить практические приёмы и методы профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде;
- определить этапы, методы и методики исследования;
- подобрать и апробировать программу профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде;
- провести анализ эффективности программы.

Теоретико-методологическую основу исследования составляют:

- исследования в области общей психологии, посвященные проблеме развития личности, роли межличностного общения в этом развитии (Б.Г.Ананьев, А.А.Бодалев, А.Н.Леонтьев, Б.Ф.Ломов, В.Н.Мясищев, С.Л.Рубинштейн);

- исследования М.И. Лисиной об общении детей со сверстниками и взрослыми;

- исследования подросткового возраста и его особенностей (Л.И. Божович, О.С. Газман, И.С. Кон, А.Е. Личко, А.В. Мудрик, И.А. Невский, А.В. Петровский, Д.Б. Эльконин и др.)

Методы исследования:

- обзорно-аналитическое теоретическое исследование психологической литературы по изучаемой проблеме;
- методы математической статистики (Т-критерий Вилкоксона).

Методики исследования:

- «Социометрия» Дж.Морено;
- «Психологический климат в группе» Э.Р. Ахмеджанов;
- «Стратегия поведения в конфликтной ситуации» К. Томас (адаптирован Н.В.Гришиной).

Структура. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, содержит список литературы и приложение. Объем работы составляет 98 страниц. В работе результаты исследования отражены в диаграммах и таблицах. Основная часть работы разделена на параграфы, в которых логически раскрываются основные этапы исследования.

Глава 1. Теоретические аспекты проблемы профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде

1.1. Анализ понятия "межличностные конфликты" в научной литературе

Содержание понятия «конфликт» достаточно широко и разнообразно в своем применении. В наиболее широком понимании конфликт имеет значение «предельного случая обострения противоречия». Исследователями психологии также отмечается, сложность решения этого противоречия обусловлено остротой эмоциональных переживаний.

Наиболее весомый вклад в исследования конфликтов в отечественной психологии принадлежит Л.С. Выготскому. Его труды посвящены анализу конфликтов с точки зрения наличия возрастных кризисов. Л.С. Выготский полагал, что развитие в периоды устойчивых стабильных возрастов осуществляется в наибольшей степени с помощью микроскопических изменений личности ребенка, которые все это время накапливаются, а достигая определенного предела, проявляют себя в форме некоторого возрастного новообразования. [14]

Согласно Н. Д. Левитову, конфликт является состоянием внутренней борьбы, связанный с размышлениями, внутренним напряжением, сравнением нескольких мотивов, то есть борьбы самим с собой. [32] В этой внутренней борьбе находят свое отражение существующие объективно противоречия и конфликты. С этой точки зрения любой конфликт одновременно выступает и внешним, и внутренним. Внешняя его сущность проявляется в его определении объективными внешними причинами, а внутренняя сущность заключается в наличии переживаний внутренней борьбы.

Отечественная литература содержит определения конфликта, имеющие преимущественно социологическую сущность. Исследователями называются разного рода характеристики социального конфликта,

рассматриваемого в качестве противостояния между индивидами и социальными общностями, целью которого выступает осуществление определенных целей и удовлетворение интересов. В качестве примера рассмотрим некоторые существующие определения конфликта:

Согласно Л.Г. Здравомыслову, конфликт является одним из ключевых аспектов взаимодействия людей в социуме, выступая в качестве элемента социального бытия. [13] Конфликт в данном случае является формой отношений между возможными и действующими субъектами социальных действий, мотивация которых вызвана наличием противоположных, полярных ценностей и норм, интересами и потребностями.

На взгляд А.В. Дмитриева социальный конфликт – это тип противостояния, когда его участники желают осуществить захват территории или ресурсов, сопровождаемый угрозами противоположной стороне, ее собственности или культуре в такой форме, которая вызывает такие формы борьбы как атака или оборона. [12]

Психология использует понятие «конфликта» очень активно, применяя его к разного рода явлениям, которые имеют отношение к психике человека. Сложности межличностных отношений, внутренние переживания личностного характера, кризисные явления, столкновение порядков решения учебных задач – все это в психологии относится к понятию конфликта.

Рассмотрим наиболее популярные определения «конфликта», используемые в психологии. «Психологический словарь» трактует конфликт как противоречие, имеющие сложности при его решении и связанное с острыми эмоциональными переживаниями. В. Н. Дружининым и его соавторами дается следующее определение конфликта: «Конфликт – способ разрешения коренных противоречий, неразрешимых другим (логическим) путем».

Н. В. Гришина под конфликтом понимает биполярное явление, где существует противостояние двух начал, имеющее проявление в виде

активности участников, ориентированной на разрешение противоречия, причем активностью обладают обе стороны конфликта. [17]

Один из самых известных исследователей в области конфликтов Б. И. Хасан полагает, что конфликтом является такая форма взаимодействия, которая содержит действия, сосуществование которых невозможно в неизменном виде. [48] Эти действия взаимообусловлены и взаимозаменяемы, что становится возможным в случае особой их организации. Одновременно с этим, конфликт представляет собой противоречие, которое было актуализировано, то есть является взаимодействием воплощенных противоборствующих мотивов, установок или ценностей. [49] Также, достаточно очевидным можно считать необходимость воплощения противоречия в действиях в их борьбе с целью собственного разрешения конфликта. Таким образом, столкновение действий, независимо от его формы, является проявлением противоречия.

А. Я. Анцупов и А. И. Шипилов предлагают следующее определение: «Под конфликтом понимается наиболее острый способ решения значимых противоречий, возникающих в процессе взаимодействия, заключающийся в противодействии субъектов конфликта и обычно сопровождающийся негативными эмоциями». [3]

Н. В. Гришина выделяет несколько типов поведенческого реагирования субъекта на трудную ситуацию.

Первый тип реагирования носит активный характер и определяется как деятельная форма приспособления субъекта к трудной ситуации, активное изменение среды. Активность может иметь конструктивную или деструктивную направленность. Если мы говорим об конструктивной направленности активности, то она проявляется в поиске большего количества возможных путей решения проблемы, аккумуляция сил, необходимых для ее решения, повышение уровня поисковой деятельности, то есть целью конструктивной активности является повышение эффективности деятельности и общения. Проявления деструктивной

активности находят себя в неорганизованных, импульсивных поисках вариантов выхода из сложной ситуации, в разрушительных, демобилизующих действиях как по отношению к себе, так и к окружающим, истерические реакции, нервные вспышки и т.д.

Второй тип реагирования заключается в пассивном характере поведения, действий и общения при столкновении со сложными ситуациями, который также имеет две формы: приспособление и уход из ситуации. Адаптация заключается в отказе от защиты ценностей и интересов, низком уровне предъявляемых требований, решении уступить обстоятельствам, а также проявляется в падении эффективности деятельности до уровня, соответствующего вновь созданным условиям.

Для ухода из ситуации характерны такие проявления как уход от взаимодействия, нежелание осуществлять задачи, побег в воображение, злоупотребление алкоголесодержащими и наркотическими веществами. [18]

Известный исследователь в области отечественной социальной психологии А. Г. Ковалев полагает, что в силу естественной природы конфликта и его возникновения между людьми, его причинами являются проблемы личной и общественной жизни, противоречия установок, ценностей, мировоззрения, взглядов, норм и т.д.

Психоаналитический подход, в первую очередь, представлен работами австрийского психолога З. Фрейда (1989), который является основателем одной из первых концепций человеческой конфликтности. Им психика была впервые охарактеризована как поле противостояния непримиримых сил сознания, инстинкта и т.д. Согласно подходу З. Фрейда, человеку свойственно постоянное состояние внутреннего и внешнего конфликта с окружающими и миром в целом. Психоаналитический подход к конфликтам представляет его как первоначальную и стабильно существующую форму противостояния полярных установок, ценностей и норм, влечений и желаний и т.д., которые проявляют противоречивость сущности человека. [37] Для психоанализа наибольшее значение среди конфликтов, которые могут иметь

место у человека, имеет конфликт внутренний, или называемый в рамках данного подхода «психический конфликт», являющийся «постоянной составляющей душевной жизни человека и определяющийся посредством непрекращающейся борьбы желаний, стремлений, сфер личности, психических систем и т.д.». В соответствии с этим подходом, конфликт является составляющей внутренней жизни человека. Появление конфликтов сопровождается естественным образом развитие индивида.

В силу действия принципа удовольствия, человеку приходится ограничивать или отказывать себе в удовлетворении своих желаний из-за существования внешних ограничителей, представленных социальными и моральными нормами. Такая ситуация формирует источник психического конфликта, который, с позиции психоанализа, имеет возможность нормально разрешиться, то есть такое разрешение предполагает достижение удовольствия посредством способов, которые морально приемлемы. Типичными примерами сублимации являются художественное или научное творчество.

Американскими психологами К. Хорни, Э. Фроммом, Г. Салливенем были предприняты попытки к внесению социального контекста в природу конфликта, тем самым осуществилась попытка расширения понимания сущности конфликта. К. Хорни полагала, что формирование конфликта между человеком и его окружением вызвано недостаточной степенью доброжелательности людей, близких индивиду, где наибольшее воздействие оказывают родители. Э. Фромм считал, что отсутствие возможности реализации желаний и потребностей личности в обществе способствует появлению конфликтов. [50]

Объективное понимание и правильное толкование сущности конфликтов, их специфики, значения, последствий предполагает необходимость их типологизации, то есть выявление ключевых типов конфликта посредством выделения сходных и различных черт, надежных

способов определения конфликтов с общностью существенных признаков и отличий.

Современная литература содержит различные классификации конфликтов в зависимости от оснований их выделения:

Так А.Г. Здравомысловом классификация проводится по уровню конфликтующих сторон:

1. Межличностные конфликты
2. Межгрупповые конфликты и их типы:
 - группы интересов;
 - группы этнонационального характера;
 - группы, объединенные общностью положения;
3. конфликты между ассоциациями;
4. внутри и межинституциональные конфликты;
5. конфликты между государственными образованиями;
6. конфликты между культурами или типами культур. [15]

Р. Дарендорф дает одну из наиболее широких классификаций конфликтов. Мы приведем данную классификацию, указав в скобках типы конфликтов:

1. По источникам возникновения (конфликты интересов, ценностей, идентификации).
2. По социальным последствиям (успешные, безуспешные, созидательные или конструктивные, разрушительные или деструктивные).
3. По масштабности (локальные, региональные, межгосударственные, глобальные, микро-, макро-, и мегаконфликты).
4. По формам борьбы (мирные и немирные).

5. По особенностям условий происхождения (эндогенные и экзогенные).
 6. По отношению субъектов к конфликту (подлинный, случайный, ложный, латентный).
 7. По использованной сторонами тактики (сражение, игра, дебаты).
- [12]

Классификация конфликтов по видам носит условный характер, что обуславливает отсутствие четкого разграничения между их видами.

Конфликт является разноплановым явлением и обладает собственной структурой. Структура конфликта представляет собой систему связей конфликта, обладающих устойчивостью и сохраняющих его единство и выделение среди прочих социальных явлений, отсутствие которых делает невозможным его существование в качестве динамически взаимосвязанной целостной системы и процесса. Помимо понятия «конфликта» часто находит свое применение понятие «конфликтная ситуация». Конфликтная ситуация – это компонент конфликта, часть его развития, зафиксированный эпизод конфликта в конкретный момент времени, поэтому структура конфликта одновременно может выступать в качестве структуры конфликтной ситуации. Каждая конфликтная ситуация предполагает наличие объективного содержания и субъективный смысл, которые будут нами рассмотрены более подробно.

Основным действующим лицом конфликта любого уровня и вида являются люди, которые могут выступать в конфликте за себя, а также выступать в качестве официальных или юридических лиц. Люди способны объединяться в группировки, социальные группы и прочие образования, вплоть до объединения в государства. Основной стороной конфликта являются такие субъекты конфликта, которые непосредственно реализуют активные (атакующие или оборонительные) действия относительно друг друга.

Центральные звеном конфликта выступают противостоящие стороны. В случае выхода из конфликта одной стороны, наступает его автоматическое прекращение. В случае замены в межличностном конфликте одной из сторон, происходит замена и конфликта, появление нового конфликта, что обусловлено индивидуализацией интересов и потребностей сторон межличностного конфликта.

Зачастую в конфликте, возможно, выделить сторону, начавшую осуществление конфликтных действий, именуемую инициатором конфликта. В литературе эта сторона также имеет название «зачинщик», что является не совсем удачным ее определением, поскольку несет изначально негативный смысловой оттенок. В случае, когда одна из сторон является инициатором конфликта, это не означает ее неправоту. В конфликте также выделяется ранг в качестве характеристики противника. Ранг оппонента представляет собой уровень его возможностей по осуществлению своих целей в конфликте, проявляющийся в сложности и воздействии его структуры и связей. В их число входят материальные возможности, интеллектуальные и социальные, физические возможности, а также имеющийся социальный опыт взаимодействия в конфликте, масштабы помощи, широта его общественных связей. В число групп помощи входят силы, которые в конфликте принимают сторону участников и состоящие из отдельных индивидов или групп. Группы помощи способны оказывать серьезное воздействие на протекание конфликта посредством активных действий, присутствием в зоне конфликта или молчаливым содействием. В качестве группы помощи выступают, например, друзья, сообщники, коллеги, одноклассники и т.д.

Любой конфликт основывается на наличии возражения, которое отражает существующее противостояние целей и желаний. Борьба, осуществляемая в конфликте, является показателем желания каждой из сторон обернуть решение конфликта в свою сторону. В процессе конфликта борьба может исчезать и обостряться, точно так же затухает и обостряется возражение. Чаще всего суть существующего в конфликте противоречия

скрыта. Участники конфликта применяют такое понятие, как «объект конфликта», которое является проявлением обыденного понимания главного противоречия конфликта. Объект конфликта – это объективно существующая или воображаемая несостыковка, которая составляет основу конфликта. Это возражение, необходимость разрешения которого заставляет стороны вступать в противостояние. Еще одной обязательной составляющей конфликта является его предмет. В качестве предмета конфликта могут выступать социальные ценности, например, власть, материальные ценности, ресурсы или духовные ценности (принцип, установка, взгляд), применять или обладать которой желают обе стороны конфликта. Ценности материальной, духовной или социальной сферы способны стать предметом конфликта в случае пересечения со сферой личных, групповых, общественных или государственных интересов субъектов, которые желают контролировать их.

Наш исследовательский интерес в данном исследовании составляет межличностный конфликт. Межличностный конфликт – это открытое противостояние двух субъектов, которые взаимодействуют на основе появившихся противоречий в форме разнополярных целей, которые не совместимы в какой-либо определенной ситуации.

Взаимодействие двух и более лиц является неременным условием межличностного конфликта. Этот тип конфликта является одним из самых распространенных и заключается в борьбе субъектов друг с другом и выяснении отношений непосредственно лицом к лицу. [13]

Межличностный конфликт позволяет выявить существующие противоречие в действующей системе межличностных отношений. В процессе отношений у них формируются противоположные взгляды, интересы, потребности при столкновении с одними и теми же трудностями, нарушающими их привычное взаимодействие на определенном этапе, в результате чего одна из сторон начинает совершать действия, которые целенаправленно наносят урон другой стороне, а другая сторона, понимая,

что ее интересам и желаниям наносится ущерб, совершает ответные действия с целью их защиты.

Любое разрешение конфликта или его предупреждение направлены на сохранение действующей системы межличностного взаимодействия. Между тем, источником конфликта могут оказаться такие предпосылки, которые способствуют разрушению имеющейся системы взаимодействия. В связи с этим выделяют разные функции конфликта: конструктивные и деструктивные. К конструктивным функциям межличностных конфликтов относят:

- познавательную (появление конфликта является отражением существования неблагоприятных отношений и проявлением возникших противоречий);
- функцию развития (конфликт способствует совершенствованию его участников и процесса их взаимодействия);
- инструментальную (конфликт выступает как возможность разрешения противоречий);
- перестроечную (конфликт устраняет факторы разрушения действующих межличностных взаимодействий и оказывает содействие в развитии взаимопонимания между его участниками).

Деструктивные функции межличностного конфликта связаны с:

- распад текущей коллективной деятельности;
- осложнением или разрушением отношений;
- плохим самочувствием соучастников;
- низкой эффективностью предстоящего взаимодействия и др.

Деструктивная сторона конфликта вызывает отрицательное отношение людей к конфликту в целом, чем обусловлено желание людей к их избеганию. [5]

Для конструктивного разрешения конфликта непременным условием является выделение его объекта. В случае неверного выделения объекта или его отсутствия процесс разрешения конфликта может иметь

затруднительный и продолжительный характер, несмотря на это, любой межличностный конфликт разрешается. Формы разрешения межличностных конфликтов обусловлено манерами поведения участников в процессе протекания конфликта.

Управление межличностными конфликтами при своем рассмотрении позволяет выделить его внутреннюю и внешнюю сторону. Внутренняя сторона заключается в применении технологий продуктивного общения и рационального поведения в конфликте. Внешний аспект является отражением управленческой активности со стороны управляющего или другого субъекта управления по отношению к определенному конфликту. Итак, межличностный конфликт представляет собой конфликт отдельных индивидов в ходе их взаимодействия на социальном и психологическом уровне.

Таким образом, в данном параграфе был проведен анализ понятия «конфликт» в научно-исследовательской литературе, а также рассмотрено понятие «межличностный конфликт». Анализ существующих понятий позволяет сделать вывод о том, что межличностный конфликт в группе представляет собой противоречия, появляющиеся в конкретной ситуации у субъектов, в результате чего совершающиеся события они воспринимают в качестве проблемы с психологической составляющей, которая требует немедленного разрешения.

Межличностный конфликт имеет ряд особенностей и характерных признаков:

- наличие объективных противоречий, обладающие значимостью для каждого участника конфликта;
- необходимость преодоления противоречий как средство налаживания взаимоотношений между участниками конфликтной ситуации;
- активность участников;
- действия (или их отсутствие), ориентированные на достижение своих интересов, либо уменьшение противоречий.

1.2. Причины межличностных конфликтов подростков

Актуальность исследования оснований межличностных конфликтов держится на высоком уровне. Касаясь подростковой группы социума, межличностные конфликты это - серьёзная проблема. Поскольку считается, что именно подростковый этап развития является «переломным», кризисным. Основными показателями этого периода являются отрицательные явления в поведении ребёнка, трудный, сопротивляющийся характер, увеличенная конфликтность. в большинстве случаев, межличностные конфликты в классе возникают, так как ребенок в этом возрасте значительную часть своего дня проводит в образовательном учреждении, в сфере своих сверстников. Психические новообразования – вот основная причина. Важные модификации происходят, как в самосознании, так и в восприятии окружающего мира. Подростку важно защищать свои права, аргументировать правоту своего взгляда, из-за этого начинаются споры, разногласия, как правило, приводящие к серьёзным межличностным конфликтам.

Ещё одним немало важным аспектом является ведущая деятельность подростка. В младшем школьном возрасте это - учёба, а в подростковом возрасте основную позицию начинает занимать общение со сверстниками. Именно поэтому подросток все время контактирует с одноклассниками, друзьями. Ему важно найти себя, своё место в коллективе, располагать сведениями, каким его принимают в компании. Конкуренция, ведущая за собой агрессивные действия и конфликты, возникает при стремлении подростков занять лидирующие позиции в коллективе, а также при сравнении себя с другими. Однако основной надобностью является чувство поддержки со стороны своей группы. А также желание быть неотъемлемой частью этой группы, чувство единого целого со своим коллективом. Вследствие этого, очень важно предупредить межличностные конфликты в подростковом возрасте в классе, поэтому нужно отчетливо уметь устанавливать их причины.

В современном мире конфликты, которые возникают у подростков, связывают с возрастными особенностями. [37] Это и модификация объективного места подростка в жизни, и обновление его мотивационно-ориентационной сферы, и противоречие между возвышением его нужд и односторонностью методов их удовлетворения, и утверждение собственного Я. Подростковый возраст является стадией развития личности, под которым подразумевается как личностные, так и социальные перемены.

Одна из причин возникновения межличностного конфликта это - внутриличностные конфликты. Поскольку они могут являться внутренней позицией субъекта конфликта.

Необходимость в признании, в уважении, которая не осознается подростком, может определяться как внешне агрессивная позиция. При этом высокие запросы подростка на восприятие себя окружающими достаточно часто встречается с заниженной оценкой ресурсов подростка со стороны взрослых. В нынешней среде дети и взрослые выступают, как две различные социальные группы и имеют разные обязанности, права и преимущество. И многие нормы укрепляют несамостоятельность ребенка, его зависимую роль. Вследствие физического и психического созревания у подростка появляется "чувство взрослости". Оно позволяет претендовать на новые права и привилегии, но, как правило, подросток не готов принимать на себя обязанности взрослых. Подросток в то же время пытается быть похожим на взрослых внешностью, поведением и одновременно он противопоставляет себя как автономную личность, обладающую равноправными со взрослыми права. [16]

Такие притязания подростка сталкиваются с нежеланием, неготовностью взрослого отбросить свое доминирующее положение и воспринимать подростка как равного. Чаще всего родители не могут внести изменения в стиль воспитания ребенка, в школе подросток имеет более низкий, как это нередко воспринимают педагоги, статус ученика.

Данные несовпадения претензий, неприемлемость прежнего стиля взаимодействия и несовместимые потребности приводят к зарождению межличностных конфликтов.

Противоречия, которые может испытывать, личность при взаимодействии в социуме, являются причинами возникновения конфликта. В образовательной сфере такими противоречиями с убеждениями учащегося может являться:

- присутствие возрастных сензитивных периодов, ведущих к модификации поведения, реакций на происходящее;
- психологические, индивидуальные особенности личности учащегося;
- неудовлетворенность формами подачи материала;
- непонимание действий педагога (как следствие отсутствия гендерно-ориентированного подхода в межличностном взаимодействии) [29].

Зарубежные, а также отечественные психологи располагают различными точками зрения на причины межличностных конфликтов в подростковом возрасте. Например, такими учёным, как А. Бандура было подтверждено, что конфликтные мальчики воспитывались, как правило, родителями, применявшими по отношению к ним физическое насилие. Поэтому некоторые психологи, а именно Л. Джавинен, С. Ларсенс полагают наказание прототипом конфликтного поведения. Такие психологи, как О. Ситковская, О. Михайлова определяли, что дорога к лидерству в подростковом возрасте соединена с выражением превосходства, цинизма, жестокости, безжалостности. Именно эти составляющие прямо ведут к серьёзным межличностным конфликтам. [45]

В образовательной сфере М.М. Рыбакова предложила следующую классификацию причин конфликтов:

- конфликты, вызванные объективными причинами: социально-экономическим положением педагогов, условиями педагогической деятельности (средовой, этнический аспект);

- конфликты, связанные с поведением участников учебно-воспитательного процесса;
- конфликты в области межличностных отношений (т. е. вызванные субъективными причинами), которые связаны со спецификой межличностных отношений в школьном социуме, обусловлены психологическими особенностями каждого участника учебно-воспитательного процесса (возрастными, индивидуально - психологическими, социально психологическими) [4].

Главную причину кризиса подросткового возраста Р. Бенедикт понимала в отличиях норм поведения для взрослых и детей. Неразвитость детских форм поведения, согласно ее точке зрения, является причиной конфликтов в подростковом возрасте. [6]

Психологи психоаналитического направления считают, что феномен подростковой конфликтности неминуемы, так как стремления личности объединять новоиспеченные сексуальные импульсы обуславливают к внутренним переворотам, личностным нарушениям и снижению социальной адаптации. Для снижения негативных итогов инцидентов сексуальных импульсов с социальными табу, подросток "применяет" механизмы психологической защиты (подавление, вытеснение, проекция, идентификация, рационализация и сублимация), искажающие восприятие обстоятельства, что может выдвигаться как один из факторов проявления межличностных конфликтов.

К. Левин в толковании феноменов подросткового возраста отталкивался из личной теории поля. Это обусловило выделение им в качестве главной характеристики данного возрастного периода специфический "когнитивный дисбаланс", требуемый модифицированием групповой принадлежности в связи с переходом из среды детей в среду взрослых. Сообщество взрослых, с точки зрения К. Левина, представляется для подростка как незнакомая зона жизненного пространства, зона, когнитивно - неструктурированная, в которой подросток не может

распознавать отчетливые, дифференцируемые зоны. [27] Таким образом причину конфликтного поведения подростков он видел в отсутствии четкости: подросток не уверен в том, верно ли он поступает, поскольку пребывает в незнакомой среде. Эта неуверенность усиливается, если ребенка удерживали в незнании касательного взрослого мира.

Значимость конфликтных ситуаций в подростковом возрасте довольно высока. Абсолютно в любом возрасте конфликты носят как позитивный, так и негативный вариации исхода. С определенным затруднением конструкции общественных отношений, с включением индивида в различные общности, желание в принадлежности к какому-либо коллективу удовлетворяется лишь только при подчинении многообразным коллективным нормам и установкам, удовлетворяя при этом общественные ожидания окружающих. Систематически на этом основании формируется потребность руководствоваться нормам, обычаям, традициям группы, поскольку в обратном случае субъект неминуемо входит в стабильный неизменный конфликт с окружающими и, по итогу, будет отторгнута группами, к которым она относится.

Многие подростки ощущают трудности во взаимодействии со сверстниками и переживают свое одиночество болезненно. Каждые трудности в социальном кругу приводят к нарушению деятельности, взаимоотношений, вызывают отрицательные эмоции и переживания, пробуждают чувство дискомфорта. Всё это порождать неблагоприятные результаты для развития личности ребенка [31].

Тем не менее, одновременно с деструктивными функциями, межличностный конфликт располагает значительным конструктивным потенциалом. К конструктивным функциям межличностных конфликтов в среде подростков можно отнести следующие:

- межличностный конфликт является важным источником личностного развития, а также развития внутригрупповых отношений;

- межличностные конфликты способны позитивно изменить и расширить сферу и способы межличностного взаимодействия;
- через открытую конфронтацию межличностный конфликт освобождает группу от негативных факторов ее развития;
- межличностный конфликт способствует развитию взаимопонимания между подростками, развивает их социальный интеллект. [25]

Кроме того, положительный смысл конфликта заключается в выявлении для подростка его личных способностей, в активизации личности как субъекта предотвращения, форсирования и разрешения межличностных конфликтов. Психологический дискомфорт в классе, острые взаимоотношения с преподавателями, а следом и с родителями, содействуют тому, что негативные конфигурации поведения фиксируются и могут перейти в черты характера. Вместе с тем, деформация микроклимата с окружающими неминуемо ведет к понижению познавательной инициативности подростка. Может обнаружиться общий отрицательный взгляд к школе и к учебной деятельности в целом [16]. В оценке подростками сверстников физические дефициты, как полагает В. Н. Лозовцева, какие-либо трудности характера или неудача в учебе отодвигаются на второй план, если они придерживаются коллективным нормам, «кодекс товарищества» [28]. В. Н. Лозовцева относительно «кодекса товарищества» устанавливает главные его нормы следующим образом: это равенство, правдивость, верность, поддержка товарищу, уважение [10]. Тех, кто не придерживается данному кодексу, кто не хочет вести себя на равных, кто противопоставляет себя группе, подростки остро осуждают. Умение постоять за себя в подростковом коллективе ценится. Другая проблема – проблема поведения в конфликте, предпочтении стратегии поведения. Желание кого-то из подростков защитить себя с помощью взрослых также порождает порицание сверстников. Значительная часть конфликтов среди подростков начинается из-за

претензий на лидерство в микрогруппах. Межличностные конфликты могут завязываться между устоявшимся лидером и набирающим авторитет лидера членом микрогруппы. При взаимодействии лидеров микрогрупп, любой из которых может претендовать на признание его авторитета всем классом также могут начинаться конфликтные ситуации. Лидеры могут привлекать в конфликты своих единомышленников, увеличивая масштабы межличностного конфликта. Конфликтные ситуации между учениками разрешаются руководителем класса, который обязан найти каждому лидеру свою характерную среду лидирования, порой вместе с родителями.

Также вероятным отрицательным результатом межличностных конфликтов, как с взрослыми, так и со сверстниками, одновременно с недоеданием, недосыпанием, эмоциональной холодностью близких подростку людей и чувством своей ненужности, покинутости, наряду с ощущением лишнего в семье или обществе (группе), можно выделить усугубление взаимоотношений со всеми взрослыми, в том числе и с учителями (если конфликт происходил с родителями или другими близкими людьми), развитие отрицательного взгляда к учебной деятельности и к школе в целом. Перечисленные причины служат причиной к увеличению недоброжелательных взаимоотношений с ближайшим окружением, в частности и со сверстниками, образуют обстоятельство хронического психологического дистресса, который, равным образом, выражается на психическом и физическом состоянии [47], приводя к неврозам или, в крайности, к суицидам.

Мы хотим обозначить, что касается положительной роли межличностного конфликта в подростковом возрасте, для развития личности нужны конфликты. Едва справляясь с конфликтной ситуацией, решая конфликт, противоречие, внутреннее или внешнее, индивид выходит на новую стадию своего развития. Подобным образом, во-первых, почти общепризнанной является размышление об объективной основе подростковой конфликтности; а, во-вторых, межличностный конфликт

может быть разобран как обстоятельство усиленного личностного развития, связанного с переструктурированием когнитивных образований, динамикой мотивов, ценностей и т.д. И, наконец, так как конфликты в подростковой среде - обстоятельство неминуемое, предметом пристального внимания педагогов должно стать не только наличие конфликтов и конфликтное поведение, но и их отсутствие. Вероятно, есть основания устанавливать, что отсутствие конфликтов так же опасно для положительного личностного становления подростка, как и присутствие деструктивных, хронических конфликтных внутригрупповых отношений.

Взаимодействие подростков со сверстниками - особенная сфера их жизни. Иногда оно становится до такой степени увлекательным, что отодвигает на второй план обучение, уменьшает привлекательность общения с близкими, хотя психологические устройства такого воздействия часто бывают, непонятны учителям и родителям. Конфликтные отношения подростков между собой базируются на борьбе за лидерство. Главными факторами конфликтного поведения выступают степень притязаний, самооценка и статус. [50]

На конфликтность подростков видимое воздействие проявляют их индивидуально-психологические особенности, к примеру, агрессивность. Присутствие в коллективе агрессивных детей увеличивает возможность конфликтов не только с их вниманием, но и без них – в кругу иных членов классного коллектива.

Конфликты в среде подростков в школе происходят, также и вследствие провинностей, нарушений общеустановленных норм в поведении обучающихся. Нормы поведения обучающихся в образовательном учреждении сформированы в интересах всех школьников и учителей. При следовании норм понимается снижение до минимума противоречий в школьных коллективах. Нарушение данных норм, как правило, приводит к ущемлению чьих-то заинтересованностей. [46] Столкновение же интересов является основанием для конфликта.

Подростки позволяют такие нарушения норм поведения в школе, как курение, употребление алкогольных напитков, употребление в речи нецензурных выражений, ложь, мелкие кражи, драки, распущенность в половой жизни т.д.

Особенности конфликтов между учениками школы устанавливаются также особенностью возрастной психологии подростков. Возраст детей оказывает существенное воздействие, как на причины возникновения конфликтов, так и на особенности их развития и способы завершения. [41] На возникновение, развитие и окончание конфликтов зримое воздействие проявляет характер учебно-воспитательного процесса, его ассоциация в определенном общеобразовательном учреждении. На возникновение конфликтов у учащихся еще оказывает влияние жизненный уклад и имеющаяся социально-экономическая ситуация.

Таким образом, подростковый возраст - наиболее сложный с точки зрения появления межличностных конфликтов. Увеличенная конфликтность подростков во многом обуславливается особенностями и значением подросткового возраста в развитии личности.

Межличностный конфликт в подростковом возрасте, по всей видимости, проанализирован как обстоятельство интенсивного личностного развития, объединенного с переструктурированием когнитивных образований, динамикой мотивов, ценностей и т.д. и нести как положительное, так и отрицательное воздействие на развитие личности подростка

1.3. Методы и формы профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде

Необходимым фактором жизнедеятельности коллективов общеобразовательных учреждений является профилактика межличностных конфликтов, которая заключается в такой организации жизнедеятельности

субъектов социального взаимодействия, которая исключает или сокращает до минимума вероятность появления конфликтов между ними.

Л.В. Мардахаев в словаре по социальной педагогике предлагает следующее понимание понятия «профилактика»: профилактика – это реализация системы мер, направленных на превенцию появления и развития каких-либо девиаций в развитии, обучении, воспитании. [12]

А.Я. Анцупов полагает, что профилактика является понятием, которое включает в себя совокупность различных мероприятий, целью которых выступает предупреждение какого-то явления или ликвидация факторов, провоцирующих наступление нежелательных явлений. [2]

В.И. Загвязинский понимает под профилактикой межличностных конфликтов систему социальных, медицинских, организационно-воспитательных и социально-педагогических мероприятий, цель которых заключается в предупреждении, ликвидации или нейтрализации влияния ключевых причин и факторов появления различных форм социальных отклонений в поведении субъектов. [24]

К. Ю. Тильманн представляет в качестве педагогической профилактики межличностных конфликтов детей подросткового возраста формирование специальных педагогических условий, которые способствуют снижению и распространению данных явлений в обществе. [51]

Таким образом, предупреждение межличностных конфликтов у детей подросткового возраста представляет собой систему мероприятий социального, медицинского, социально-педагогического, организационно-воспитательного и государственного характера, целью которых является превенция, ликвидация или нейтрализация основных факторов и предпосылок появления социальных отклонений разного рода у подрастающего поколения.

В. И. Загвязинский выделяет несколько уровней профилактики межличностных конфликтов детей подросткового возраста: первичный, вторичный, третичный. [24]

Первичная профилактика межличностных конфликтов у подрастающего поколения заключается в реализации комплекса мероприятий, направленных на предупреждение формирования и влияния факторов, способствующих развитию конфликта.

Вторичная профилактика межличностных конфликтов подростков включает в себя осуществление системы мер, целью которых является предупреждение действия имеющихся факторов риска, которые при формировании определенных условий своим следствием имеют появление и обострение конфликта.

Третичная профилактика межличностных конфликтов у детей подросткового возраста ориентирована на проведение социальной, психологической, трудовой, правовой реабилитации.

Под профилактикой межличностного конфликта у детей подросткового возраста в социальной педагогике понимаются, главным образом, научно обоснованные и своевременно реализуемые меры воздействия, ориентированные на:

- предупреждение потенциально возможных физиологических, психологических или социокультурных обстоятельств у отдельного подростка, который относится к группам социального риска;
- поддержка, сохранение, охрана и защита нормального уровня существования и самочувствия ребенка или подростка;
- активное содействие ребенку в достижении социально важных целей и выявление и раскрытие его внутреннего потенциала.

Сам термин «профилактика» чаще всего имеет ассоциации с организованным предостережением какого-либо неблагоприятного явления, другими словами – с устранением обстоятельств, способных спровоцировать негативные 2 последствия. [17]

Так как межличностные конфликты могут быть вызваны различными факторами и жизненными обстоятельствами, представляется возможным

выделение нескольких видов профилактических мероприятий: –
нейтрализующие; – компенсирующие;

– предостерегающие возникновение событий, увеличивающих
вероятность развития социальных отклонений;

– ликвидирующие эти обстоятельства.

Результативность профилактических мероприятий межличностных
конфликтов может быть гарантирована только при условии необходимого
содержания следующих компонентов:

– ориентированности на устранение причин отклонения как у самого
подростка, так и в окружающей социальной и природной среде, с
одновременной направленностью на формирование среды для получения
ребенком социального опыта, который необходим при решении с
проблемами с которыми приходится сталкиваться;

– формирование у подростка новых способностей и умений,
способствующих достижению им намеченных целей и задач и сбережению
его физического и психического здоровья;

– предотвращение проявления еще не возникших проблем у подростка.

[32]

По мнению В. Хайтмайер, социально-педагогическая профилактика
межличностных конфликтов у подрастающего поколения в школе преследует
две главные цели: «первая – не дать возможность углубления социальной
дезадаптации подростков и вторая – расширить диапазон педагогических
мероприятий, содействующих понижению уровня насилия и иных
девиаций». [27]

Профилактика межличностных конфликтов у подростков базируется
на составляющих, описанных выше, а также обладает рядом специфических
черт.

Предупреждение межличностных конфликтов подросткового возраста
заключается в организации актуальной функциональности 2 действующих на
данный момент объектов социального взаимодействия, исключаяющей либо

сводящей к сводящей к минимальному допустимому количеству появления межличностных конфликтов между ними.

Профилактика межличностных конфликтов – деятельность с ещё не возникнувшими, а лишь с вероятными конфликтами. Она подразумевает их прогнозирование при постоянном информационно-аналитическом сопровождении. [29] Необходимо иметь в виду, что объективного отображения конфликта не бывает, оно всегда индивидуально. Профилактику межличностного конфликта гарантирует любая работа, направленная на формирование интеллектуальной и коммуникативной культуры.

Цель профилактики межличностных конфликтов у детей старшего подросткового возраста – создание таких технологий сотрудничества людей, которые минимизировали бы возможность появления или деструктивного формирования противоречий между ними. [27]

Предотвратить межличностные конфликты значительно легче, нежели разрешить их. Профилактика межличностных конфликтов не менее важна, чем способность конструктивно их регулировать. Она требует минимальных затрат сил, средств и времени и предупреждает возможные деструктивные последствия, которые содержит любой неразрешенный конфликт.

Профилактика межличностного конфликта подростков – это влияние на социально-психологические явления, которые могут быть составными частями будущего конфликта, на его соучастников и на применяемые ими ресурсы. Так как любой межличностный конфликт связан с ущемлением тех или иных потребностей и интересов людей, приступать к его предотвращению необходимо с его дальних, глубинных предпосылок, с обнаружения тех причин, которые, вероятно, включают в себя возможности конфликта.

Профилактика межличностных конфликтов детей внутри общеобразовательной организации осуществляется по двум направлениям: работа с педагогами; работа с детьми.

Большое воздействие на предотвращение межличностных конфликтов у подростков в образовательной организации оказывает личность педагога, так как стиль взаимодействия педагога с другими учениками служит образцом для воспроизводства в отношениях со сверстниками. Педагог должен вмешиваться в конфликты учеников и корректировать их. Существующая ситуация может потребовать привлечения в ее решение административного ресурса, но значительное влияние может оказать и обычный душевный совет.

Работа с педагогами предполагает реализацию мер по четырем основным направлениям:

- формирование объективно существующих условий, которые оказывают препятствия появлению и разрушающему развитию предконфликтной ситуации (например, проявление доброжелательности, заботы, трепета, внимания педагогом к своим ученикам, выступление родителей и педагогов в качестве примера для подростка). Эффективность данного направления обеспечивается привлечением к его осуществлению в том числе и родителей подростков;

- Усовершенствование организационно-управленческой среды деятельности общеобразовательной организации. Объективное и открытое распределение материальных и духовных благ между учителями и учениками, формирование «ситуации успеха» с помощью похвалы, одобрения, вознаграждения.

- устранение социально-психологических факторов возникновения конфликтов. На данном уровне можно определить критерии и процедуры решения каких-либо дискуссионных вопросов, создать орган при школьном учебном заведении, куда могут обращаться все дети, их родители и учителя;

- блокирование личностных причин появления конфликтов. Примерная тема тренингов, циклов классных часов, методических объединений учителей: «Тренинг общения», «Я глазами других», «Я и мы», и т.д. [29]

Наиболее надежным методом профилактики межличностных конфликтов между подростками считается создание 2 такой атмосферы, которая ликвидирует саму вероятность появления агрессивных устремлений, приводящих к затяжному конфликту.

Сохранение доверительных взаимоотношений является основной проблемой профилактики межличностных конфликтов у подростков. Её разрешение носит систематический характер и содержит социально-психологические, морально-нравственные, организационные методы. Таким образом, к числу ключевых направлений предотвращения межличностных конфликтов родителей с детьми являются:

1. Содействие росту уровня и качества педагогической культуры, позволяющей помогать и совершенствовать сотрудничество старших подростков со сверстниками, принимая во внимание особенности их возраста и эмоционального фона.

С целью проявления конструктивного поведения в процессе межличностного конфликта ребенка подросткового возраста со сверстниками следует:

- при любых обстоятельствах принимать во внимание индивидуальные особенности подростка
- осознавать необходимость нового решения в каждой ситуации;
- пытаться понять желания и потребности подростка;
- принятие противоречия как объективно существующего фактора развития;
- выражать постоянство по отношению к ребенку;
- давать возможность выбора из нескольких вариантов;
- поощрять проявления конструктивного поведения;
- осуществлять совместный поиск решения посредством изменения отношения к ситуации;
- в случае необходимости справедливо наказывать;

- позволять ребенку ощутить отрицательные последствия его проступков;

- давать логические разъяснения возможностям негативных последствий;

- увеличивать количества нравственных поощрений

- применять положительный пример других детей.

2. Укрепление взаимодействий образовательного учреждения к проблеме профилактики межличностных конфликтов.

Взаимоотношения образовательной организации и старших подростков должны строиться на взаимном уважении.

Учащиеся, воспитанные в сплоченном семейном коллективе, на практике постигают чувства товарищества и дружбы. Рост качества знаний, результативности обучения старших подростков зачастую во многом зависят от стиля работы образовательной организации, от умения последовательно планировать, организовывать и проводить различные внеклассные мероприятия с участием всего коллектива обучающихся в целом.

Каждый педагог знает, как по-разному ведут себя дети в образовательном учреждении. Образовательное учреждение призвано оказывать интенсивное влияние на культурно-воспитательный потенциал, воссоздавать дифференцированный подход к учащимся, оказывая особое внимание тем, кто не может получить необходимой помощи в учебе.

Необходимость функционального равноправного сотрудничества, старших подростков и коллектива образовательной организации в воспитании подрастающего поколения актуализируется усложнением процесса формирования личности в современных условиях.

Надежный путь профилактики межличностного конфликта старших подростков – налаживание и укрепление сотрудничества.

- формирование объективных условий, препятствующих появлению и деструктивному формированию предконфликтных ситуаций;

- оптимизация организационно-управленческих критерий работы образовательного учреждения;

- устранение социально-психологических факторов конфликтов;

- блокирование личностных факторов проявления конфликтов.

Профилактика большинства видов подростковых межличностных конфликтов должна проводиться в образовательной организации одновременно по всем четырем направлениям.

С целью наиболее успешной работы по профилактике межличностного конфликтного поведения старшего подросткового возраста необходимо обратить внимание на формы, способы и методы, направленные на профилактику и предупреждение конфликтов в подростковой среде.

Формы профилактики межличностных конфликтов детей старшего подросткового возраста.

Форма – организационная сторона педагогического явления.

1. Массовые мероприятия – это форма организации внеучебной работы, предполагающая значительное количество участников (классные часы «Мы в конфликте», «Причины конфликта», «Как мы конфликтуем» и прочие);

2. Экскурсии – это групповое или индивидуальное посещение достопримечательностей. Отличительной особенностью экскурсии является ее организованность, даже при участии одного человека. Экскурсия направлена как на осмотр достопримечательности, так и на изучение его истории и фактов. Положительной чертой экскурсии является содействие в сплочении коллектива;

3. Диспуты – групповое обсуждение острых социальных проблем и актуальных научных вопросов. Это один из функциональных средств обучения, способствующий совершенствованию навыков логического мышления и формированию самостоятельности позиции;

4. Деловая игра – техника обучения заключающаяся в воспроизведении ситуации принятия решений специалистами в разных производственных

ситуациях, применяемая при появлении конфликтных ситуаций либо информационной неопределённости;

5. Интеллектуальный марафон – проведение различных интеллектуальных игр;

6. Кружки, секции – объединения по интересам. [36]

Все вышеперечисленные формы мероприятий осуществляются на уровне первичной и вторичной профилактики межличностных конфликтов в старшем подростковом возрасте.

Методы профилактики межличностных конфликтов детей старшего подросткового возраста:

Метод – это способ достижения результата какой-нибудь цели, решения какой-либо задачи; система приемов и операций практического или теоретического освоения (познания) действительности.

– словесный – способ изложения учебного материала, устное повествовательное изложение новых знаний педагога. Применяется на всех этапах школьного обучения. С его помощью воспроизводится образное изложение фактов, увлекательных событий, взаимосвязей, взаимозависимостей, явлений. Данный метод активизирует восприятие, познавательную активность, формирует представления, развивает интересы, любознательность, воображение и мышление (первичная и вторичная профилактика);

– наглядный – способствует активизации всех систем организма человека для восприятия информации (первичная и вторичная профилактика);

– вовлечение в деятельность – совокупность средств и приемов обучения, которые содействуют успешному вовлечению человека в деятельность (вторичная и третичная);

– организация деятельности – пути выделения, закрепления и формирования положительного опыта поведения, отношений, действий и поступков, мотивации (вторичная и третичная);

– помощь в сотрудничестве – подразумевает совместные действия сторон для решения проблемы, которые позволяют понять причины разногласий и найти выход из кризиса, приемлемый для противостоящих сторон без ущемления интересов каждой из них (третичная);

– анализ ситуаций – способ включения в образовательный процесс глубокого и детального изучения реальной или имитационной ситуации, выполняемые для того, чтобы выявить её частные или общие характерные свойства (третичная);

– известный метод положительного примера – формирование личности происходит не столько в результате воздействия слова и мысли как средств объяснения и убеждения. Исключительно большое воспитательное значение имеют положительные образцы и примеры поведения и деятельности других людей, в особенности это актуально в среде школьников, так как они впитывают всю информацию, которая их окружает, а потом воспроизводят ее;

– метод вмешательства «авторитетного третьего». Человек, пребывающий в конфликтном выяснении отношений, как правило, не принимает высказанных оппонентом в его адрес позитивных словесных выражений. Оказать помощь и содействие может кто-то «третий», пользующийся доверием, таким образом, конфликтующий будет знать, что его оппонент не такого уж плохого о нём мнения, и этот факт может стать началом поиска компромисса;

– стимулирование – совокупность средств и приемов, побуждающих ученика к конкретно определенным действиям. [27]

Основными видами деятельности являются:

- индивидуальное консультирование;
- включение учеников в тренинговые группы с целью устранения отрицательных эмоционально значимых ситуаций;
- индивидуальная работа с системой ценностей ребенка;

– обучение социальным навыкам, методикам действенного общения, конструктивному поведению в конфликтных ситуациях. [16]

Таким образом, профилактика межличностных конфликтов у подростков – это совокупность государственных, общественных, социально-медицинских и организационно-воспитательных мероприятий, направленных на предостережение, устранение либо нейтрализацию основных причин и условий, вызывающих разного рода социальные отклонения в поведении детей. Профилактика бывает первичная, вторичная и третичная.

Сам термин «профилактика» как правило, обозначает запланированное предупреждение какого-либо неблагоприятного явления, которое связано с устранением причин, способных вызвать нежелательные последствия.

Профилактика межличностных конфликтов – работа с еще не начавшимися, а только с вероятными конфликтами. Она предполагает их прогнозирование при неизменном информационно-аналитическом сопровождении. [33]

Можно отметить два направления профилактики межличностных конфликтов у подростков в образовательной организации: работа с педагогами, работа с детьми.

Формы профилактики межличностных конфликтов подростков в образовательной организации: массовые мероприятия, экскурсии, диспуты, деловая игра, интеллектуальный марафон, кружки, секции.

Методы профилактики межличностного конфликта подростков в образовательной организации: словесный, наглядный, вовлечение в деятельность, организация деятельности, сотрудничество, анализ ситуаций, метод положительного примера, метод вмешательства «авторитетного третьего», стимулирование.

ВЫВОДЫ ПО 1 ГЛАВЕ

Конфликт - это такая характеристика взаимодействия, в которой не могущие сосуществовать в стабильном виде действия взаимодетерминируют и взаимозаменяют друг друга, требуя для этого особой организации.

Вместе с тем конфликт является актуальным противоречием, другими словами, конфликт это - олицетворенные в противостоящем взаимодействии ценности, установки, мотивы. Бесспорно, что для урегулирования противоречия обязательно должны предстать в действиях - в их столкновении. Противоречие, буквальное или мыслимое, состоит в этом столкновении. Для конфликта характерны противодействия в виде взаимодействия, поведения или деятельности, устремленных на защиту персональных увлечений путем деривации инициативности оппонента, нанесения ему морального или материального вреда, а также отрицательное отношение друг к другу.

В определении поведения и манеры общения именно эмоциональный аспект доминирует. Как было сказано выше, конфликт состоит из противоположно направленных действий его участников. И этими действиями осуществляются утаенные от внешнего восприятия процессы в мыслительной, эмоциональной и волевой сферах оппонентов. Видимая социальная реальность конфликта состоит в чередовании взаимных реакций, которые направлены на реализацию интересов каждой стороны и ограничение интересов оппонента.

Именно в подростковом возрасте отмечается повышенная конфликтность. Все физиологические особенности этого периода тесно взаимосвязаны с развитием психики. Появление психических новообразований совокупно с трудностями его перехода из состояния детскости во взрослую жизнь. Подростковый возраст обладает характерными чертами поведения: увеличенная возбудимость, лабильность эмоций и поведения, плохой контроль самого себя, что приводит к росту агрессивности и конфликтности. В свою очередь это связано со спецификой

протекания данного возрастного периода. Ход данного периода имеет большую вариативность и зависит от условий внешней среды. Именно поэтому актуальным является изучение существующего уровня конфликтности, а также разработки индивидуальных и групповых мер по понижению конфликтности и агрессивности в подростковом звене.

Глава 2. Практические аспекты проблемы профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде

2.1. Организация и методы исследования

Целью данного исследования является апробация программы профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде.

Гипотеза исследования: профилактика межличностных конфликтов в подростковой среде возможна при реализации специально подобранной программы.

Для достижения данной цели в опытно-экспериментальной части должны быть решены следующие задачи:

1. Определить характер межличностных отношений подростков в классе.
2. На основе анализа полученных данных апробировать программу профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде.
3. Определить эффективность программы профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде.

Наше экспериментальное исследование проводилось на базе МАОУ Гимназии № 47 города Екатеринбурга. В состав исследуемой группы вошли 27 подростков 8 Б класса и 23 подростка 8 Г класса.

Для изучения профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде, было проведено исследование по методикам:

1. «Социометрия» Дж. Морено
2. Экспресс-методика «Психологический климат в коллективе» (Э.Р.Ахмеджанов)
3. Стратегия поведения в конфликтной ситуации К. Томаса (адаптирован Н.В.Гришиной).

Методика Дж. Морено «Социометрия».

Цель методики: изучить состояния эмоционально-психологических отношений в детской общности и положения в них каждого подростка.

В ходе исследования подросткам предлагается следующая инструкция: Задается поочередно 4 вопроса, которые являются критериями выбора (два положительных и два отрицательных выбора). Каждый, отвечая на них, записывает на бланке предлагаемого вопроса фамилии трех человек, которым он отдает выборы. При этом первым указывается тот, кому отдаются свои наибольшие симпатии (антипатии - при отрицательных критериях-вопросах), затем записываются фамилии тех, кому отдается предпочтение во вторую и третью очередь. При ответе на разные вопросы фамилии выбранных могут повторяться (об этом нужно сказать). После выполнения задания все должны проверить: названы ли после каждого вопроса фамилии трех человек. Правильное выполнение задания облегчает обработку результатов. На основании полученных результатов составляется матрица.

Матрица состоит: по вертикали - из списка фамилий подростков, расположенном в алфавитном порядке; по горизонтали - их номера, под которыми обозначены в списке подростки. Напротив фамилии каждого заносятся данные о сделанных им выборах.

Если подростки сделали взаимные выборы, то соответствующие цифры этих выборов обводятся кружочками. Внизу матрицы подсчитывается количество, полученных каждым подростком (по вертикали сверху вниз), в том числе и взаимных выборов. Таким образом, составлена матрица отрицательных социометрических выборов.

Далее можно вычислить социометрический статус каждого подростка. В зависимости от количества полученных социометрических положительных выборов можно классифицировать подростков на пять статусных групп: «Звезды», «Предпочитаемые», «Непринятые», «Отвергнутые».

Таблица 1

Классификация подростков по итогам социометрического эксперимента

Статусная группа	Количество полученных выборов
«Звезды»	В 2 раза больше, чем среднее число полученных выборов одним подростком
«Предпочитаемые»	В полтора раза больше, чем среднее число полученных выборов одним подростком
«Непринятые»	В полтора раза меньше, чем среднее число полученных выборов одним подростком
«Отвергнутые»	Равно нулю или в два раза меньше, чем число полученных выборов одним подростком

Среднее число полученных выборов одним подростком (К) вычисляется по формуле:

$$K = \frac{\text{Общее число сделанных положительных выборов}}{\text{Общее количество подростков}}$$

Одним из показателей благополучия складывающихся отношений является коэффициент взаимности выборов.

Он показывает, насколько взаимны симпатии в подростковой общности.

Коэффициент взаимности (КВ) вычисляется по формуле:

$$KB = \frac{\text{Количество взаимных выборов}}{\text{Общее число выборов}}$$

Экспресс-методика «Психологический климат в коллективе»
(Э.Р.Ахмеджанов)

Инструкция: «Внимательно читать каждый из 8 указанных в бланке вопросов. Из перечисленных вариантов выбрать наиболее приемлемый для вас ответ. Обвести его и подчеркнуть. Постараться думать быстро и ни с кем не советоваться».

Текст вопросника находится в Приложении 1.

Обработка результатов, полученных при использовании методики, стандартизирована и имеет следующий алгоритм: анализируются различные стороны отношений к коллективу для каждого сотрудника в отдельности. Каждый компонент трактуется тремя вопросами, причем ответ на них принимает одну из трех возможных форм: +1; 0; –1. Следовательно, для целостной характеристики компонента полученные сочетания ответов каждого сотрудника на вопросы по данному компоненту должны быть обобщены следующим образом:

Положительная оценка (+1). К этой категории относятся те сочетания, в которых положительные ответы (4, 5 — на ответы-утверждения; 7, 8, 9 — на ответы по шкале «1–9») даны на все три вопроса, относящиеся к данному компоненту, или два ответа положительные, а третий может иметь другой знак;

Отрицательная оценка (–1). Сюда входят сочетания, содержащие три отрицательных ответа (1, 2 — на ответы-утверждения; 1, 2, 3 — на ответы по шкале «1–9») или два ответа отрицательные, а третий может иметь другой знак;

Неопределенная (противоречивая) оценка (0). Эта категория включает такие случаи:

- на все три вопроса дан неопределенный ответ (3 — на ответы-утверждения; 4, 5, 6 — на ответы по шкале «1–9»);
- ответы на два вопроса — неопределенные, а третий может иметь другой знак;

- один ответ неопределенный, а два других имеют разные знаки.

На опросном листе вопросы 1-й, 4-й, и 7-й относятся к эмоциональному компоненту; 2-й, 5-й, 8-й — к поведенческому компоненту; 3-й, 6-й — к когнитивному (причем вопрос 3 содержит две позиции).

Стратегия поведения в конфликтной ситуации К. Томаса (адаптирован Н.В.Гришиной).

Опросник личностный, разработан К. Томасом и предназначен для изучения личностной предрасположенности к конфликтному поведению, выявления определенных стилей разрешения конфликтной ситуации. Методика может использоваться в качестве ориентировочной для изучения адаптационных и коммуникативных особенностей личности, стиля межличностного взаимодействия. В России тест адаптирован Н.В. Гришиной.

Тест можно использовать при групповых обследованиях (и тогда стимульный материал зачитывается вслух) и индивидуально (в этом случае необходимо сделать 30 пар карточек с написанными на них высказываниями, а затем предложить испытуемому выбрать из каждой пары одну карточку, ту, которая кажется ему ближе к истине применительно к его поведению). Затраты времени — не более 15-20 мин.

Для описания типов поведения людей в конфликтных ситуациях К. Томас считает применимой двухмерную модель регулирования конфликтов, основополагающими измерениями в которой являются кооперация, связанная с вниманием человека к интересам других людей, вовлеченных в конфликт, и напористость, для которой характерен акцент на защите собственных интересов. Соответственно этим двум основным измерениям К. Томас выделяет следующие способы регулирования конфликтов:

1. соревнование (конкуренция) как стремление добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому;
2. приспособление, означающее в противоположность соперничеству, принесение в жертву собственных интересов ради другого;
3. компромисс

4. избегание, для которого характерно как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тенденции к достижению собственных целей;
5. сотрудничество, когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

К. Томас считает, что при избегании конфликта ни одна из сторон не достигает успеха; при таких формах поведения, как конкуренция, приспособление и компромисс, или один из участников оказывается в выигрыше, а другой проигрывает, или оба проигрывают, так как идут на компромиссные уступки. И только в ситуации сотрудничества обе стороны оказываются в выигрыше. В своем опроснике по выявлению типичных форм поведения К. Томас описывает каждый из пяти перечисленных возможных вариантов 12 суждениями о поведении индивида в конфликтной ситуации. В различных сочетаниях они сгруппированы в 30 пар, в каждой из которых респонденту предлагается выбрать то суждение, которое является наиболее типичным для характеристики его поведения. Текст опросника в приложении 2.

Таким образом, на констатирующем этапе эксперимента была проведена диагностика по вышеописанным методикам. По результатам обследования были получены следующие данные. Методику «Социометрия» Дж.Морено, мы провели по 2 критериям в двух классах (см. приложение 5).



Диаграмма 1. Результаты социометрического исследования 8 Б класса по 1 критерию.

В данной группе испытуемых среднее число положительных выборов - 2.61, Среднее число отрицательных выборов - 1.7

Изучив состояния эмоционально-психологических отношений в данном коллективе по 1 критерию, который отражает взаимоотношения в учебной деятельности, мы получили такие данные: звездами в данном коллективе являются Б. Миша, В. Полина, К. Таня, М. Максим и С. Юля, они составляют 21,7%. Предпочитаемые составляют 4,3%; принятые 34,8%; а пренебрегаемые 30,4%. По данному критерию выявлено двое отвергаемых подростков – К. Макар и Ц. Андрей – что составляет 8,7%.

Статус каждого подростка по данному критерию представлен в приложении 3.



Диаграмма 2. Результаты социометрического исследования 8 Б класса по 2 критерию.

В данной группе испытуемых среднее число положительных выборов - 2.04, Среднее число отрицательных выборов - 1.65

Изучив состояния эмоционально-психологических отношений в данном коллективе по 2 критерию, который отражает взаимоотношения во внеучебной деятельности, мы получили такие данные: звездами в данном коллективе являются К. Таня и С. Юля, что составляет 8,7%. Предпочитаемые составляют 26,1%; принятые 47,8%. По данному критерию

выявлено двое пренебрегаемых и двое отвергаемых подростков. Пренебрегаемые: Г. Маша и Я. Даша. Отвергаемые: К. Макар и Ц. Андрей.

Статус каждого подростка по данному критерию представлен в приложении 4 .

По результатам двух критериев неизменными звездами остаются : К. Таня и С. Юля, отвергаемые подростки К. Макар и Ц. Андрей.

В ходе исследования 8 «Г» класса были получены следующие данные:



Диаграмма 3. Результаты социометрического исследования 8 Г класса по 1 критерию.

В данной группе испытуемых среднее число положительных выборов - 2.45, Среднее число отрицательных выборов - 1.3

Изучив состояния эмоционально-психологических отношений в данном коллективе по 1 критерию, который отражает взаимоотношения в учебной деятельности, мы получили такие данные: звездами в данном коллективе являются А. Егор, О. Анастасия и Ф. Алена, они составляют 15%, предпочитаемые также составляют 15% ими являются А. Анастасия, М. Дарина и С. Степан. Принятые составляют 50% - основная часть коллектива, также в коллективе есть отвергаемые – они составляют 20% и ими являются В. Татьяна, Г. Клим, С. Влад и Ф. Надежда.

Статус каждого подростка по данному критерию представлен в приложении 6.



Диаграмма 4. Результаты социометрического исследования 8 Г класса по 2 критерию.

В данной группе испытуемых среднее число положительных выборов - 2, Среднее число отрицательных выборов - 1.25

Изучив состояния эмоционально-психологических отношений в данном коллективе по 2 критерию, который отражает взаимоотношения во внеучебной деятельности, мы получили такие данные: звездами в данном коллективе являются А. Анастасия, О. Анастасия и Ф. Алена, они составляют 15%, предпочитаемые составляют 16% ими являются А. Егор, В. Полина, Л. Мария, М. Марина, М. Дарина и С. Анастасия. Принятые составляют 20%, пренебрегаемые составляют 15%. По данному критерию отвергаемые и изолированные составляют по 10%. Отвергаемые: Д. Иван и Ф. Надежда, изолированные: О. Виктория и С. Влад.

Статус каждого подростка по данному критерию представлен в приложении 7.

По результатам двух критериев неизменными звездами остаются : О. Анастасия и Ф. Алена, отвергаемым подросткам остается Ф. Надежда, а С. Влад во втором критерии получает статус изолированного.

Классификация испытуемых по итогам социометрического эксперимента

Статусная группа - Количество полученных выборов

«Звезды» - В два раза больше положительных выборов, чем среднее число полученных положительных выборов одним испытуемым

«Предпочитаемые» - В полтора раза больше положительных выборов, чем среднее число полученных положительных выборов одним испытуемым

«Принятые» - не попавшие в другие группы

«Пренебрегаемые» - В полтора раза меньше положительных выборов, чем среднее число полученных положительных выборов одним испытуемым или

отрицательных выборов в полтора раза больше, чем положительных

«Отвергаемые» - В два раза меньше положительных выборов, чем среднее число полученных положительных выборов одним испытуемым или есть отрицательные выборы, но нет положительных

«Изолированные» - Нет ни положительных ни отрицательных выборов

Изучив состояния эмоционально-психологических отношений в 2х разных коллективах, мы можем увидеть, что в любом коллективе есть неизменные звезды, основная масса принятых людей, но также присутствует небольшой процент отвергаемых.

В целом оба коллектива являются сплоченными, в которых существует иерархичная система связей, выделяются лидеры, принимаемые и пренебрегаемые подростки.

С целью изучения психологического климата в подростковом коллективе исследуемых групп нами использовалась экспресс-методика Э.Р. Ахмеджанова «Психологический климат в коллективе». Результаты по каждому классу представлены в приложениях 8 и 9.

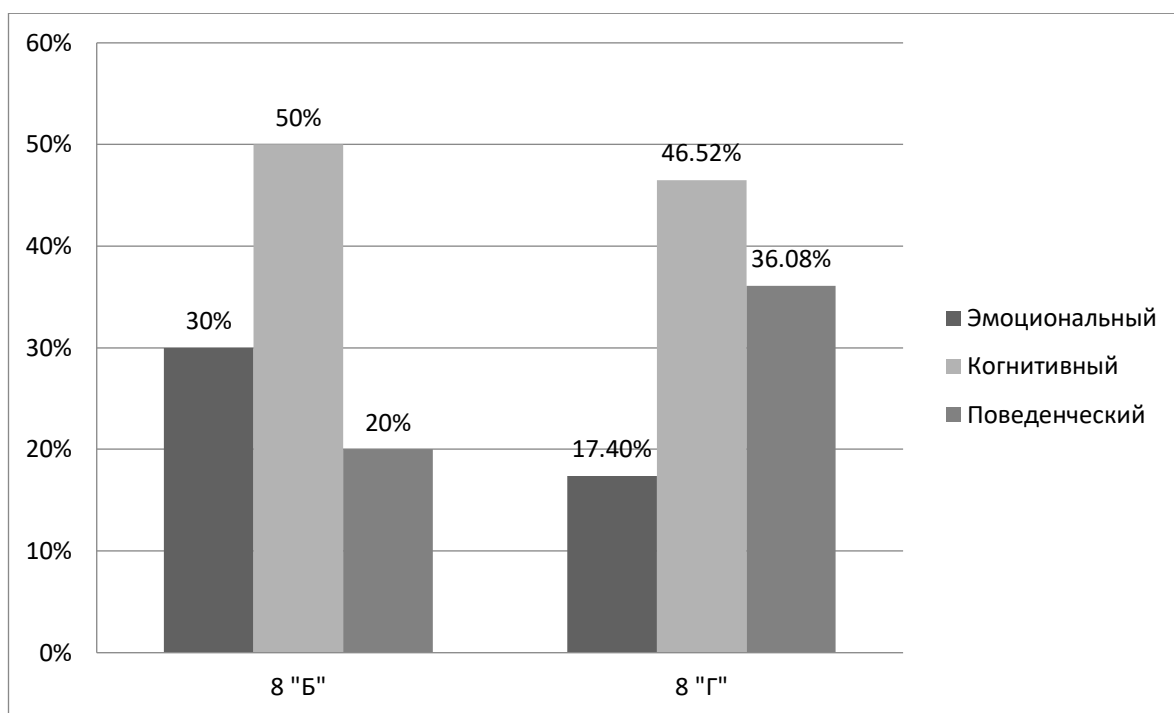


Диаграмма 1. Сравнения психологических климатов 8 «Б» и 8 «Г» классов.

По данным диаграммы можно предположить, что климат в 8 «Б» классе является более благоприятным, чем климат в 8 «Г». Группы находятся на средней стадии развития, где межличностные отношения носят ситуативный характер, о чем свидетельствуют наличие «отверженных» в группе, а также можно говорить о среднем уровне коммуникативных навыков.

С целью изучения стратегии поведения в конфликтной ситуации, мы провели в группах методику Томаса (адаптирована Гришиной). Данные исследования показали, что 48% испытуемых предпочитают стратегию соперничества, 18% - избегание, компромисс – 10% , сотрудничество – 12% и приспособление – 12%. Результаты по классам представлены в приложении 10.

Таким образом, в данной группе большая часть испытуемых предпочитает соперничество, как стратегию поведения в конфликтной ситуации. Это говорит о том, что подростки ради удовлетворения личных интересов готовы жертвовать интересами других.



Диаграмма 1. Результаты исследования по методике «Стратегия поведения в конфликтной ситуации».

По результатам первичной диагностики можно сделать вывод, что в данных коллективах подростки предпочитают в качестве основных стратегий поведения в конфликтных ситуациях соперничество либо избегание. Это свидетельствует о том, что респонденты ради удовлетворения личных интересов готовы жертвовать интересами других, или, напротив, склонны к игнорированию проблем и бездействию в ситуации конфликта, что также негативно сказывается на построении межличностных отношений.

Необходимо отметить, что сформированные группы находятся на средней стадии развития, в которой межличностные отношения носят ситуативный характер, о чем свидетельствуют наличие «отверженных» в группе, а также можно говорить о среднем уровне развития коммуникативных навыков. То есть в коллективах не сформированы устойчивые межличностные взаимоотношения.

Таким образом, результаты констатирующего эксперимента указывают на необходимость профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде. Для дальнейшего проведения эксперимента нами были сформированы экспериментальная и контрольная группы из двух классов, соответственно, N1 — 23 человека (8Г класс) и N2 — 27 человек (8Б класс).

2.2. Программа профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде (автор Майорова Анна Андреевна)

Исходя из результатов первичной диагностики, нами была подобрана и апробирована программа по профилактике межличностных конфликтов подростков в подростковой среде.

Цель программы: формирование у подростков навыков поведения в конфликтах и умения их разрешать.

Задачи:

1. Обучить методам нахождения решения в конфликтных ситуациях;
2. Развить умения устанавливать и поддерживать дружеские отношения;
3. Развить способности адекватного реагирования на конфликтные ситуации.

Количество участников: 23 человек (8 «Г» класс).

Форма проведения: групповая.

Ожидаемые результаты:

- знают методы нахождения решений в конфликтных ситуациях;
- сформировано умение устанавливать и поддерживать дружеские отношения;
- сформирована способность адекватного реагирования на конфликтные ситуации.

Структура программы: программа состоит из 13 занятий, в которые входят по несколько упражнений, каждое занятие проходит в групповой форме и рассчитано на 45 минут.

Вся программа рассчитана на реализацию в течение 7 недель (по 2 занятия в неделю).

Объем программы: 36 часов

**План реализации программы по профилактике межличностных
конфликтов подростков в школе.**

№ п/п	Тема тренингово занятия	Цель	Упражнения
1	«Что такое конфликт. Причины возникновения»	Сформировать представление о природе конфликтов	<ul style="list-style-type: none"> • Ассоциация со встречей; • Что такое конфликт; • Что приводит к конфликту • Проективная методика «Несуществующее животное»; • Аплодисменты по кругу.
2	«Поговорим о дружбе»	Содействовать в формировании представления о дружбе	<ul style="list-style-type: none"> • Печатная машинка; • Отгадай загадку; • Пословицы о дружбе; • Займи позицию; • Волшебный стул; • Кодекс дружбы.
3	«Навыки общения»	Изучить процесс принятия группового решения в ходе общения и групповой дискуссии	<ul style="list-style-type: none"> • Ревущий мотор; • Молва; • Слухи; • Варианты

			общения.
4	Навыки общения»	Развивать навыки общения	<ul style="list-style-type: none"> • Ассоциация со встречей; • Шалаш; • Похвали себя; • Комплимент.
5	«Я среди людей»	Познакомить с правилами получения и передачи информации	<ul style="list-style-type: none"> • Ассоциация со встречей; • Что такое положительные качества; • Выражение чувств; • Поддержи товарища; • Звезда.
6	«Отношение к конфликтам»	Развивать способность адекватного реагирования на конфликтные ситуации	<ul style="list-style-type: none"> • Ассоциации со встречей; • Смена акцентов; • Дружная ладошка.
7	Управление конфликтами	Формировать отношение к конфликтным ситуациям, как к новым возможностям самосовершенствования	<ul style="list-style-type: none"> • Ревущий мотор; • А или Б.

8	«Он первый начал», или способы решения конфликтных ситуаций	Оказать помощь в решения конфликтных ситуаций	<ul style="list-style-type: none"> • Конфликт в сказке; • Ктонфликт-это хорошо или плохо; • Пять способов решения конфликтов; • Ситуация; • Найди выход.
9	Деловая игра «Потерпевшие кораблекрушения»	Изучить процесс выработки и принятия группового решения в ходе общения и групповой дискуссии.	Потерпевшие кораблекрушение.
10	«Мотивы агрессивного поведения»	Изучить мотивы агрессивного поведения	<ul style="list-style-type: none"> • Шла Саша по шоссе; • Визуализация «Горы» Д.В. Ильина
11	«Негативные чувства»	Повысить самооценку и положительное принятие своих негативных чувств.	<ul style="list-style-type: none"> • Толкалки; • Переменное дыхание; • Визуализация «Летнее поле» (Е.В. Трошева)
12	«Расслабление»	Обучить дыхательным релаксационным техникам	<ul style="list-style-type: none"> • Задействование выхода; • Визуализация

			«Прогулка на теплоходе» (Н.А. Богданова)
13	«Эти негативные чувства»	Закрепить конструктивные способы поведения	<ul style="list-style-type: none"> • Символическое изображение эмоций; • Агрессор или жертва; • Мне в тебе нравится; • Копилка хороших поступков.

2.3. Анализ результатов исследования

На основании теоретического и экспериментального исследования профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде на констатирующем этапе нами были исследованы межличностные отношения подростков. Исследование проводилось на контрольной группе 8 «Б» класс и экспериментальной группе 8 «Г» класс. Также была подобрана программа соответствующей направленности, а на этапе формирующего эксперимента она была проведена. С целью оценки эффективности данной программы на этапе контрольного эксперимента был использован тот же диагностический инструментарий и методы математико-статистической обработки данных, что и на этапе констатирующего эксперимента. Данные вторичной диагностики представлены в приложении 11.

Рассмотрим результаты по методике «Социометрия» (Дж. Морено). Данные в 8 «Б» не изменились, роли закреплены. По первому критерию

21,7% подростков являются «звездами», 4,3% - «предпочитаемые», 34,8% - «принятые», 30,4% - «пренебрегаемые» и 8,7% - «отвергаемые».

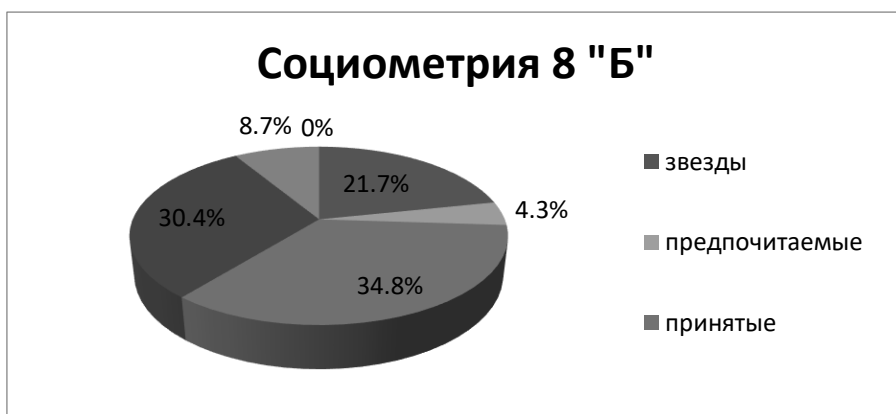


Диаграмма 1. Результаты социометрического исследования 8 Б класса по 1 критерию.

По второму критерию 8,7% подростков являются «звездами», 26,1% - «предпочитаемые», 47,8% - «принятые», 8,7% - «пренебрегаемые» и 8,7% - «отвергаемые».



Диаграмма 2. Результаты социометрического исследования 8 Б класса по 2 критерию.

Результаты по методике «Социометрия» (Дж. Морено) в 8 «Г» классе, после проведения программы, изменились. По первому критерию 20% подростков являются «звездами», 20% - «предпочитаемые», 55% - «принятые», 5% - «отвергаемые». В группе повысилось число звезд и принятых подростков, процент отвергаемых стал меньше.

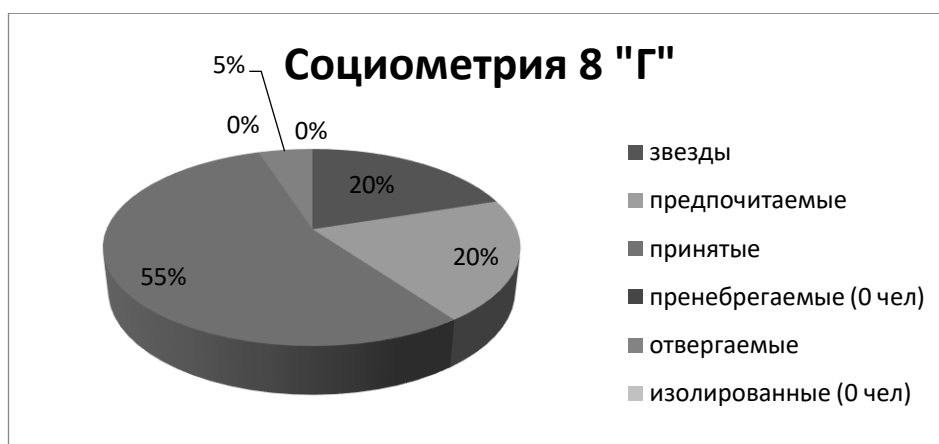


Диаграмма 3. Результаты социометрического исследования 8 Г класса по 1 критерию.

По второму критерию 25% подростков являются «звездами», 30% - «предпочитаемые», 30% - «принятые», 12% - пренебрегаемые, 3% - «отвергаемые». В группе повысилось число звезд и принятых подростков, процент отвергаемых и пренебрегаемых стал меньше.

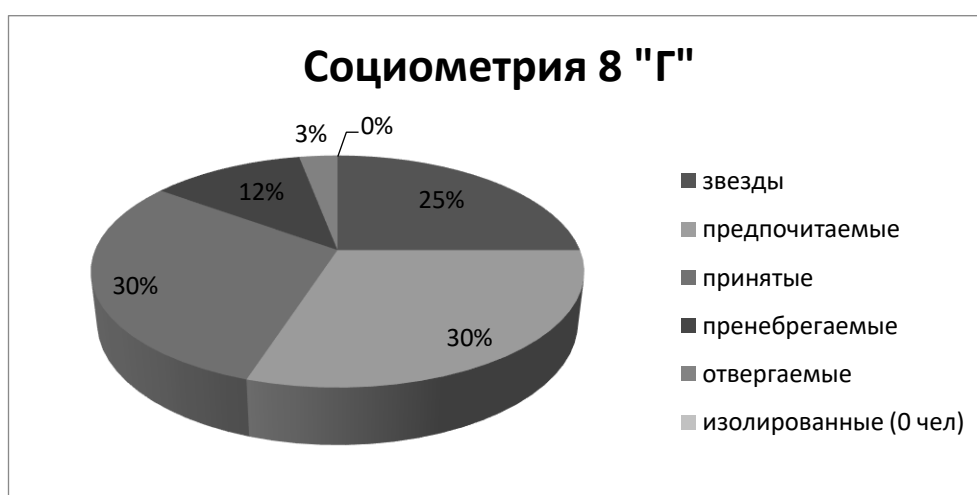


Диаграмма 4. Результаты социометрического исследования 8 Г класса по 2 критерию.

Далее рассмотрим результаты экспресс-методики Э.Р. Ахмеджанова «Психологический климат в коллективе».

Данные в 8 «Б» классе не изменились, климат также можно назвать благоприятным. После проведения программы показатели в 8 «Г» классе возросли. Следовательно, можно говорить о том, что основная часть класса стала чувствовать себя более комфортно в коллективе, общий климат класса стал благоприятным для подростков.

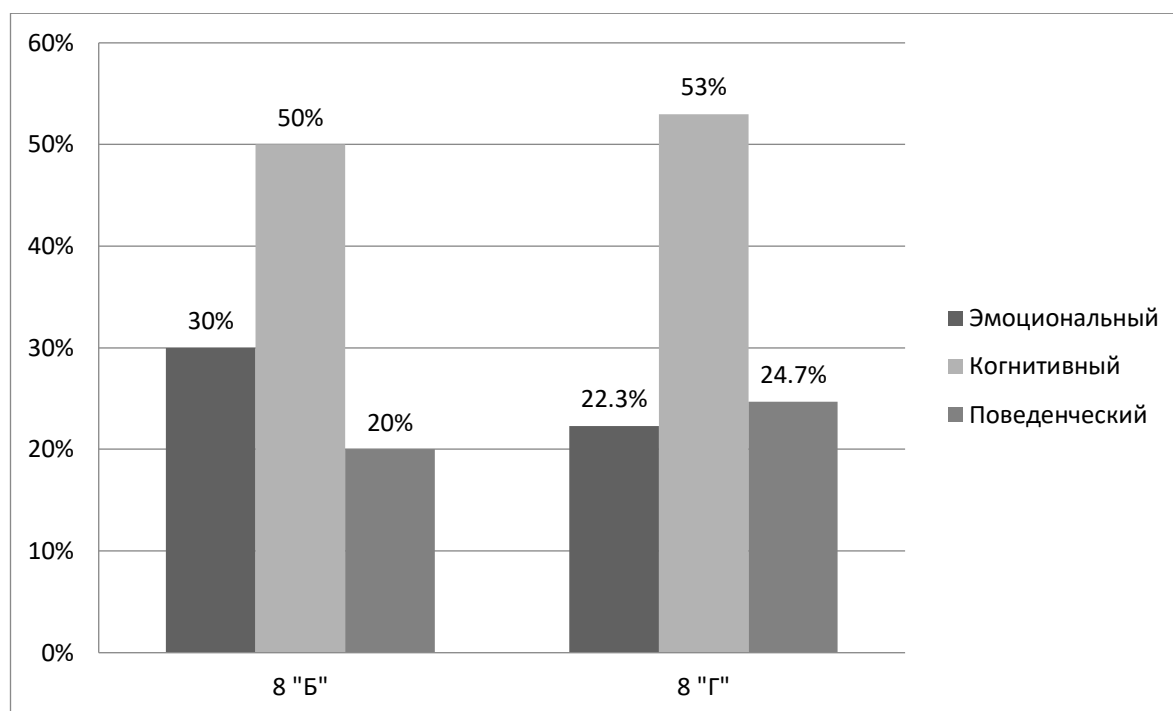


Диаграмма 1. Сравнения психологических климатов 8 «Б» и 8 «Г» классов.

Результаты по методике Томаса (адаптирована Гришиной) у контрольной группы остались неизменными. Большая часть испытуемых предпочитают стратегию соперничества – 38%, оставшиеся испытуемые разделяют следующие стратегии: 28% - избегание, компромисс – 10% , сотрудничество – 8% и приспособление – 16%.

После проведения программы, результаты экспериментальной группы улучшились. Данные повторного исследования показали, что 22% испытуемых предпочитают стратегию соперничества, 14% - избегание, компромисс – 24%, сотрудничество – 28% и приспособление – 12%.

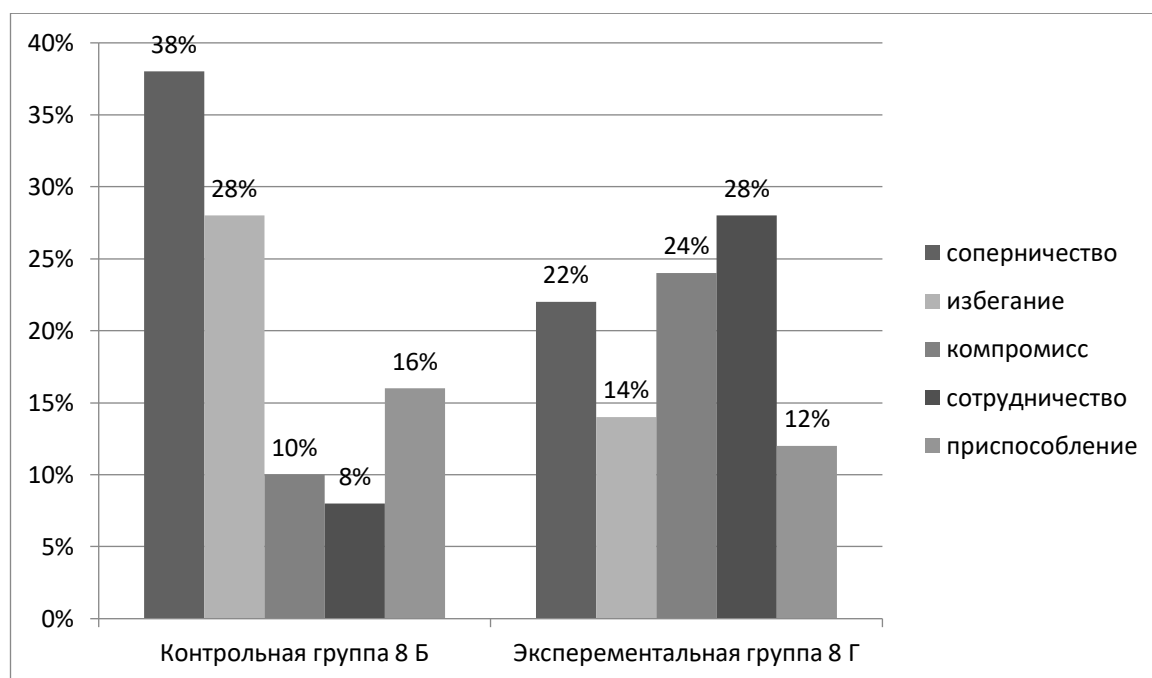


Диаграмма 1. Результаты исследования по методике «Стратегия поведения в конфликтной ситуации»

С целью оценки достоверности сдвига в уровне проявления межличностных конфликтов в подростковой среде до и после формирующего эксперимента в экспериментальной группе использовался непараметрический Т-критерий Вилкоксона. Вычисление Т-критерия показало, что эмпирическое значение Т попадает в зону значимости на «оси значимости». Статистически значимые сдвиги зафиксированы по всем параметрам: повысился социометрический статус по первому критерию (Т эмп.= 34, Z=2,9), по второму критерию (Т эмп.= 42,5, Z=3,4), так же повысился уровень сформированности компонентов психологического климата (эмоционального компонента (Т эмп.= 32,5, Z=3,1), когнитивного (Т эмп.= 45, Z=3,6) и поведенческого (Т эмп.= 26, Z=3,2)). Повысился уровень сформированности стратегий в конфликтных ситуациях, а именно, стратегии компромисса (Т эмп.=56,5, Z=3,5), сотрудничества (Т эмп.=52, Z=3,48), приспособления (Т эмп.=45,5, Z=3,43 при ТКр= 63 для N23 и ТКр= 92 для N27, $p \leq 0.01$) (приложение 12).

В соответствии с полученными результатами на этапе контрольного эксперимента можно заключить, что формирующий эксперимент в форме

проведения программы профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде привел к значимым изменениям по исследуемым параметрам.

ВЫВОДЫ ПО 2 ГЛАВЕ

На основании теоретического анализа в эмпирической части исследования был проведен эксперимент, включивший в себя три этапа. На этапе констатирующего эксперимента посредством стандартизированного диагностического инструментария были выявлены актуальные особенности межличностных отношений в подростковой среде.

Полученные результаты первичной диагностики обусловили необходимость проведения психолого-педагогической программы профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде на этапе формирующего эксперимента. В процессе ее реализации использовались различные приемы и методы, эффективность которых была спрогнозирована на основании теоретического анализа литературы.

На этапе контрольного эксперимента была проведена повторная диагностика с использованием того же диагностического инструментария для оценки эффективности подобранной программы. Полученные результаты констатируют снижение показателей конфликтности в межличностных отношениях подростков.

Таким образом, результаты проведенного эксперимента свидетельствуют об эффективности подобранной программы профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде. А значит, наша гипотеза подтвердилась и соответственно, цель исследования достигнута.

Заключение

В данной работе была рассмотрена актуальная тема «Профилактика межличностных конфликтов в подростковой среде».

Одним из самых важных, ответственных периодов является – подростковый период. Именно на этом этапе формируются основы нравственности, вырабатываются социальные установки, отношения к себе, людям, а также к обществу. В свою очередь хочется отметить, в данном возрасте устанавливаются черты характера и главные формы межличностного поведения. Без взаимодействия подростка с людьми не будет происходить формирования этих важнейших качеств.

Для подростка очень важно формировать и развивать навыки межличностного взаимодействия. Эта проблема актуальна, поскольку именно отрочество является сензитивным этапом для развития навыков межличностного взаимодействия.

Цель нашей работы, заключающаяся в теоретическом обосновании, а также в подборе и апробации программы профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде, достигнута.

Анализ психолого-педагогической литературы и изучение теоретических основ межличностных конфликтов подростков является теоретической базой данного исследования.

В работе были определены методы и формы профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде.

В результате анализа теоретической базы, сформировалась гипотеза: профилактика межличностных конфликтов в подростковой среде возможна при реализации специально подобранной программы.

Для подтверждения выдвинутой гипотезы был проведен эксперимент, включающий в себя констатирующий, формирующий и контрольный этапы.

Проведенное исследование дает возможность наметить перспективы дальнейшей работы по профилактике межличностных конфликтов в подростковой среде

Список литературы

1. Андреева Г.М. Социальная психология. - М.: ИЦ «Академия», 2010. - 284с.
2. Анцупов А. Я., Баклановский С. В. Конфликтология в схемах и комментариях. СПб.: «Питер», 2007. 288 с. 8.
3. Анцупов А.Я. Конфликтология: Учебник для вузов/ А.Я. Анцупов, А.И. Шипилов. – М.:ЮНИТИ, 2012. – 490с.
4. Аракелов Г.Г. Психология подростка / Г.Г. Аракелов, Н.М. Жариков, Э.Ф. Зеер. – М.: Высшая школа, 2009. – 304с.
5. Бодалов А.А. Восприятие и понимание человека человеком. - М.: Просвещение, 2009. - 251 с.
6. Божович Л.И. Изучение мотивации поведения детей и подростков. - М.: Академия, 2006. - 285с.
7. Большая энциклопедия психологических тестов - М.: Изд-во ЭКСМО, 2008. - 416 с.
8. Брудный А.А. Понимание и общение. - М.: ТЦ СФЕРА, 2007. - 264с.
9. Васильев И.В. Тренинг преодоления конфликтов. - СПб.: Речь, 2009. - 174 с.
10. Василькова, Ю. В. Методика и опыт работы социального педагога [Текст] : учеб. пособие / Ю.В. Василькова. - М. : Академия , 2012. - 160 с.
11. Волков Б.С. Психология подростка. – СПб.: Питер, 2012. – 240с.
12. Ворожейкин И.Е. Конфликтология / И.Е. Ворожейкин, А.Я. Кибанов, Д.К. Захаров. – М.: ИНФРА-М, 2013. – 290с.
13. Воспитанник И.В. «Основные причины межличностного конфликта в подростковом возрасте». В сборнике: Психолого-педагогическое сопровождение процессов развития ребенка Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Под редакцией И.В. Васютенковой. 2015. С. 121-127.
14. Выготский Л.С. Психология. - М.: ЭКСМО – ПРЕСС, 2000. – 442с.

15. Григорьева Т.Г., Ленская Л.З. Основы конструктивного общения. Методическое пособие для преподавателя. - М.: Педагогика, 2007. - 209 с.
16. Гринина Е.С. «Причины межличностных конфликтов подростков», Теоретические и прикладные аспекты современной науки. 2015. № 7-9. С. 34-37.
17. Гришина Н. В. Психология межличностного конфликта. СПб., 1995. 361 с.
18. Гришина Н.В. Психология конфликта / Н.В. Гришина. – СПб.: Питер, 2008. – 544с.
19. Джумажанова Г.К., Беленко О.Г., Аманова А.К. «Исследование особенностей развития коммуникативной компетентности в старшем подростковом возрасте». В сборнике: Итоги научных исследований Сборник статей Международной научно-практической конференции. 2015. С. 201-204.
20. Драгунова Т.В. Психологические особенности подростка. Возрастная и педагогическая психология. - М.: ВЛАДОС, 2011. - 356 с.
21. Дубровина И.В. Практическая психология образования.- М.: Просвещение, 2009. - 517с.
22. Захаров А. И. Психологические особенности диагностики и оптимизации взаимоотношений в конфликтной семье// Вопросы психологии. 2013. № 3. С. 58-68
23. Зельдович, Б.З. Деловые игры и ситуации в организационном поведении: Учебное пособие/ Б.З. Зельдович. – М.: МАЭП; ИКК «Калита», 2014. – 210с.
24. Козловская С.Н., Шимановская К.А. «Влияние особенностей подростков на выбор способов разрешения межличностных конфликтов» ЦИТИСЭ. 2015. № 4. С. 26.
25. Коломинский Я.Л. Психология взаимоотношений в малых группах. - Минск: ЕГУ, 2006. - 283 с.

26. Королева А.Ф., Королева Н.С. «Социально - психологические особенности подросткового возраста» Новая наука: Стратегии и векторы развития. 2016. № 118-3. С. 76-78.
27. Костюнина Н.Ю., Арсланова З.М. «Профилактика школьных конфликтов подростков». В сборнике: Актуальные проблемы педагогики и психологии 2015. С. 196-199.
28. Краковский А. П. О подростках. М.: «Педагогика», 2010. 384 с.
29. Криводонова Ю.Е., Петрова Н.А. «Роль психолого-педагогической деятельности по профилактике и разрешению конфликтов у подростков в школьной ситуации». В сборнике: психологическое здоровье и психологическая культура в современном российском образовании материалы VI Всероссийской научно-практической конференции. 2015. С. 94-97.
30. Кулагина И. Ю., Колюцкий В. Н. Возрастная психология: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: «Сфера», 2006. 464 с.
31. Кулагина И.Ю. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека - М.:ТЦ Сфера, 2010. - 464с.
32. Леонов Н. И. Конфликтология. Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2013. 132 с.
33. Леонтьев А.Н. Психология общения. – М.: Свsck, 1999.– 365с.
34. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками: Учебное пособие для студ. высш. учеб. Заведений/ А.Г. Лидерс. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 130с.
35. Личко А.Е. Психология и акцентуация характера у подростков. – СПб., 2005. – 242с.
36. Михарский С.Г. «Особенности выбора подростками стратегий поведения в конфликтах со сверстниками». В сборнике: Наука и образование в жизни современного общества сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции: в 14 томах. 2015. С. 83-85.

37. Мухина В.С. Возрастная психология. Учебное пособие. - Ростов н/Д: «Феникс», 2012. - 295с.
38. Нетребина А.В. «Учет психологических особенностей идентификации индивида в подростковом возрасте» Вестник Таганрогского института управления и экономики. 2013. № 2 (18). С. 66-68.
39. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. - М.: Просвещение, Учебная литература, 2009. - 352 с.
40. Овчарова Р.В. Справочная книга социального педагога. - М.: ТЦ Сфера, 2007. - 480 с.
41. Павлова А.С. «Межличностные конфликты в общении подростков». В сборнике: 61-я студенческая научно-практическая конференция инженерного факультета Самарской ГСХА Материалы 61-й студенческой научно-практической конференции. 2016. С. 243-247.
42. Першина Л.А. «Возрастная психология», М.: изд. «Академический проект», 2007г.
43. Регуш Л.А. Психология современного подростка / Л.А. Регуш. – СПб.: Речь, 2008. – 256с.
44. Свиденская Г.Н. «Теоретический анализ психологических особенностей развития компонентов самосознания личности в подростковом возрасте». Журнал научных публикаций аспирантов и докторантов. 2015. № 8 (110). С. 69-72.
45. Смирнова М.В. «Профилактика межличностных конфликтов среди подростков в условиях средней общеобразовательной школы». В сборнике: материалы VII ежегодной научной сессии аспирантов и молодых ученых 2013. С. 308-311.
46. Улановская К.А., Стецюк А.Н. «Конфликты в системах "подросток - подросток" и "подросток - взрослый": причины и профилактика.» В сборнике: теоретико-методологические и практические проблемы развития психологии и педагогики сборник статей по итогам Международной научно-практической конференции. 2017. С. 151-155.

47. Халилов Б.Б. «Влияние конфликтного поведения подростка на положение в группе сверстников» NovaInfo.Ru. 2016. Т. 1. № 48. С. 323-327.
48. Хасан Б. И. Конструктивная психология конфликта. СПб.: «Питер», 2005. 250 с.
49. Хасан Б. И., Сергоманов П. А. Психология конфликта и переговоров. М., Издательский центр «Академия», 2006. 190 с.
50. Хорни К. Наши внутренние конфликты. М.: «ЭКСМО-Пресс», 2012. 240 с
51. Шейн Э. Х. Организационная культура и лидерство / Пер. с англ. под ред. В. А. Спивака. СПб: «Питер», 2013. 336 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Текст вопросника.

1. Отметьте, пожалуйста, с какими из приведенных ниже утверждений Вы больше всего согласны:

- А) Большинство членов нашей группы хорошие, симпатичные люди.
- Б) В нашей группе есть всякие люди.
- В) Большинство членов нашей группы люди малопрятные.

2. Считаете ли Вы, что было бы хорошо, если бы члены Вашей группы жили бы близко друг от друга:

- А) Да, конечно.
- Б) Скорее да, чем нет.
- В) Не знаю, не задумывался.
- Г) Скорее нет, чем да.
- Д) Нет, конечно.

3. Как Вам кажется, могли бы Вы дать достаточно полную характеристику:

-Деловых качеств большинства членов группы:

- А) Да.
- Б) Пожалуй, да.
- В) Не знаю.
- Г) Пожалуй, нет.
- Д) Нет.

-Личных качеств большинства членов группы:

- А) Да.
- Б) Пожалуй, да.
- В) Не знаю.
- Г) Пожалуй, нет.
- Д) Нет.

4. Обратите внимание на приведенную ниже шкалу - цифра 1 характеризует группу, которая Вам очень нравится, цифра 9 - очень не нравится. В какую из клеток Вы поместили бы свою группу?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

5. Если бы у Вас возникла возможность провести каникулы вместе с Вашей группой, как бы вы к этому отнеслись:

- А) Это бы меня вполне устроило.
- Б) Не знаю, не задумывался над этим.
- В) Это бы меня совершенно не устроило.

6. Могли бы Вы сказать с достаточной уверенностью о членах Вашей группы, с кем они охотно общаются по деловым вопросам внутри группы:

- А) Нет, не мог бы.
- Б) Не могу сказать, не задумывался об этом.
- В) Да, мог бы.

7. Какая атмосфера обычно преобладает в Вашей группе. На приведенной ниже шкале - цифра 1 - нездоровая, нетоварищеская атмосфера, цифра 9 - взаимопомощь, взаимодоверие. В какую из клеток Вы поместили бы свою группу?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

8. Как вы думаете, если бы Вы временно отсутствовали. Стремилась бы Вы встречаться с членами Вашей группы:

- А) Да, конечно.

- Б) Скорее да, чем нет.
- В) Не знаю, не задумывался.
- Г) Скорее нет, чем да.
- Д) Нет, конечно.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

1) С кем из класса Вы предпочли бы работать в команде над проектом?

С кем из класса Вы предпочли бы работать в команде над проектом в последнюю очередь?

2) С кем из класса Вы бы предпочли пойти в кино?

С кем из класса Вы бы предпочли пойти в кино в последнюю очередь?

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Инструкция к тесту

В каждой паре выберите то суждение, которое наиболее точно описывает Ваше типичное поведение в конфликтной ситуации.

Ответ "А"	Ответ "Б"
1. Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.	Чем обсуждать то, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, с чем мы оба согласны.
2. Я стараюсь найти компромиссное решение.	Я пытаюсь уладить дело, учитывая интересы другого и мои.
3. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.	Я стараюсь успокоить другого и сохранить наши отношения.
4. Я стараюсь найти компромиссное решение.	Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.
5. Улаживая спорную ситуацию, я все время стараюсь найти поддержку у другого.	Я стараюсь сделать все, чтобы избежать напряженности.
6. Я пытаюсь избежать возникновения неприятностей для себя.	Я стараюсь добиться своего.
7. Я стараюсь отложить решение спорного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.	Я считаю возможным уступить, чтобы добиться своего.
8. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.	Я первым делом стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и вопросы.
9. Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.	Я предпринимаю усилия, чтобы добиться своего.
10. Я твердо стремлюсь достичь своего.	Я пытаюсь найти компромиссное решение.
11. Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и вопросы.	Я стараюсь успокоить другого и главным образом сохранить наши отношения.
12. Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.	Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет мне навстречу.
13. Я предлагаю среднюю позицию.	Я настаиваю, чтобы было сделано по-моему.
14. Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах.	Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.
15. Я стараюсь успокоить другого и, главным образом, сохранить наши отношения.	Я стараюсь сделать все необходимое, чтобы избежать напряженности.
16. Я стараюсь не задеть чувств другого.	Я пытаюсь убедить другого в преимуществах моей

	позиции.
17. Обычно я настойчиво стараюсь добиться своего.	Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.
18. Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.	Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет мне навстречу.
19. Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.	Я стараюсь отложить решение спорного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.
20. Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия.	Я стремлюсь к лучшему сочетанию выгод и потерь для всех.
21. Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.	Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы.
22. Я пытаюсь найти позицию, которая находится посередине между моей позицией и точкой зрения другого человека.	Я отстаиваю свои желания.
23. Я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого.	Иногда я представляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.
24. Если позиция другого кажется ему очень важной, я постараюсь пойти навстречу его желаниям.	Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу.
25. Я пытаюсь доказать другому логику и преимущества моих взглядов.	Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.
26. Я предлагаю среднюю позицию.	Я почти всегда озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.
27. Я избегаю позиции, которая может вызвать споры.	Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.
28. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.	Улаживая ситуацию, я стараюсь найти поддержку у другого.
29. Я предлагаю среднюю позицию.	Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий
30. Я стараюсь не задеть чувств другого.	Я всегда занимаю такую позицию в спорном вопросе, чтобы мы с другим заинтересованным человеком могли добиться успеха.

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Социометрический статус 8 «Б» (1 критерий)

испытуемые	социометрический статус	статус
1	0,21	предпочитаемый
2	0,26	звезда
3	0	принятый
4	-0,16	отвергаемый
5	0,05	принятый
6	0	принятый
7	-0,32	отвергаемый
8	0	принятый
9	0,05	принятый
10	0,11	принятый
11	0,16	предпочитаемый
12	0,11	принятый
13	0,11	принятый
14	0,37	звезда
15	0,16	принятый
16	0,11	принятый
17	-0,11	отвергаемый
18	0,16	предпочитаемый
19	0,26	звезда
20	-0,32	отвергаемый
21	0,16	звезда
22	0,11	предпочитаемый
23	0,05	предпочитаемый
24	-0,05	пренебрегаемый
25	0	принятый
26	0	принятый
27	-0,16	пренебрегаемый

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Социометрический статус 8 «Б» (2 критерий)

испытуемые	социометрический статус	статус
1	0	предпочитаемый
2	0,23	звезда
3	0,23	звезда
4	0,14	принятый
5	0	принятый
6	0	принятый
7	-0,05	принятый
8	-0,27	отвергаемый
9	0,05	пренебрегаемый
10	0,32	звезда
11	0,09	принятый
12	0,14	принятый
13	0,32	звезда
14	0,05	пренебрегаемый
15	0,05	пренебрегаемый
16	0,05	пренебрегаемый
17	0,05	пренебрегаемый
18	0,05	принятый
19	0,32	звезда
20	-0,05	принятый
21	0,59	отвергаемый
22	-0,05	пренебрегаемый
23	-0,09	пренебрегаемый
24	0	принятый
25	0,09	пренебрегаемый
26	0,05	принятый
27	0,05	принятый

Приложение 5

1) С кем из класса Вы предпочли бы работать в команде над проектом?

С кем из класса Вы предпочли бы работать в команде над проектом в последнюю очередь?

2) С кем из класса Вы бы предпочли пойти в кино?

С кем из класса Вы бы предпочли пойти в кино в последнюю очередь?

ПРИЛОЖЕНИЕ 6

Социометрический статус 8 «Г» (1 критерий)

испытуемые	социометрический статус	статус
1	-0,05	отвергаемый
2	0,05	принятый
3	0,11	предпочитаемый
4	0,11	предпочитаемый
5	-0,05	пренерегаемый
6	0,16	предпочитаемый
7	0,26	звезда
8	0	изолированный
9	0,16	предпочитаемый
10	0	изолированный
11	0	принятый
12	0,21	звезда
13	-0,26	отвергаемый
14	0	предпочитаемый
15	0,23	звезда
16	0,23	звезда
17	0,14	принятый
18	0	принятый
19	0	принятый
20	-0,05	принятый
21	-0,27	отвергаемый
22	0,05	пренерегаемый
23	0,32	звезда

ПРИЛОЖЕНИЕ 7

Социометрический статус 8 «Г» (2 критерий)

испытуемые	социометрический статус	статус
1	-0,09	пренебрегаемый
2	0,05	принятый
3	0	принятый
4	-0,27	отвергаемый
5	0,05	принятый
6	0,18	звезда
7	0,09	принятый
8	0	принятый
9	0,09	принятый
10	0,09	предпочитаемый
11	0,14	предпочитаемый
12	0,09	принятый
13	0,14	предпочитаемый
14	0,09	предпочитаемый
15	0,18	звезда
16	-0,09	предпочитаемый
17	-0,41	отвергаемый
18	0	принятый
19	-0,09	пренебрегаемый
20	0,14	предпочитаемый
21	0	принятый
22	0,05	принятый
23	0	изолированный

ПРИЛОЖЕНИЕ 8

Результаты по методике психологический климат 8 «Б»

испытуемые	эмоциональный	когнитивный	поведенческий
1	1	1	1
2	-1	-1	-1
3	0	1	1
4	0	0	-1
5	0	0	1
6	0	1	1
7	0	1	1
8	0	1	0
9	1	0	1
10	0	1	1
11	0	1	1
12	1	0	1
13	0	1	1
14	1	1	0
15	0	1	1
16	0	0	1
17	0	1	0

18	0	0	1
19	1	0	-1
20	1	0	1
21	0	1	0
22	1	1	1
23	0	0	1
24	1	-1	0
25	0	0	0
26	0	0	-1
27	0	0	1

ПРИЛОЖЕНИЕ 9

Результаты по методике психологический климат 8 «Г»

испытуемые	эмоциональный	когнитивный	поведенческий
1	1	-1	0
2	-1	1	0
3	0	0	1
4	0	0	0
5	0	0	0
6	-1	-1	-1
7	0	1	0
8	1	-1	1
9	0	-1	0
10	0	-1	0
11	-1	-1	-1
12	0	-1	0
13	0	0	1
14	-1	-1	0
15	0	0	0
16	0	-1	0
17	0	-1	0
18	-1	1	-1
19	-1	-1	0
20	0	0	0
21	0	0	0
22	0	-1	0
23	0	0	0

ПРИЛОЖЕНИЕ 10

Результаты по методике Томаса 8 «Б» и 8 «Г»

испытуемы е	соперничеств о	сотрудничеств о	компромис с	избегани е	приспособлени е
8 Б класс					
1	11	5	4	6	4
2	7	11	3	7	2
3	5	5	6	10	4
4	3	10	7	8	2
5	3	2	11	8	6
6	12	6	7	3	2
7	9	3	2	5	11
8	10	8	5	2	5
9	8	2	3	11	6
10	5	10	5	6	4
11	5	3	12	8	2
12	11	6	5	4	4
13	5	7	5	3	10
14	10	5	3	7	5
15	1	2	7	11	9
16	6	11	3	4	6
17	12	3	7	2	6
18	10	8	7	2	3
19	6	5	10	5	4
20	11	9	2	3	5
21	10	4	6	8	2
22	4	6	4	11	5
23	6	7	4	10	3
24	10	2	5	5	8
25	11	6	3	8	2
26	12	4	4	5	5
27	12	8	2	5	3
8 Г класс					
28	10	5	4	5	6
29	6	12	7	3	2
30	5	5	7	3	10
31	8	2	3	10	7
32	12	2	5	3	8
33	6	3	12	7	2
34	10	3	5	5	7
35	3	4	3	12	8
36	8	3	2	11	6
37	8	3	4	3	12
38	12	6	2	3	7
39	10	3	7	5	5
40	2	11	4	4	9
41	11	2	3	6	8
42	2	8	10	5	5
43	10	5	5	4	6

44	11	6	3	2	8
45	7	3	5	4	11
46	11	2	4	9	4
47	12	7	6	3	2
48	7	5	3	5	10
49	12	4	8	3	3
50	6	8	2	10	4

ПРИЛОЖЕНИЕ 11

Результаты вторичной диагностики

Социометрический статус 8 «Б» (1 критерий)

испытуемые	социометрический статус	статус
1	0,21	предпочитаемый
2	0,26	звезда
3	0	принятый
4	-0,16	отвергаемый
5	0,05	принятый
6	0	принятый
7	-0,32	отвергаемый
8	0	принятый
9	0,05	принятый
10	0,11	принятый
11	0,16	предпочитаемый
12	0,11	принятый
13	0,11	принятый
14	0,37	звезда
15	0,16	принятый
16	0,11	принятый
17	-0,11	отвергаемый
18	0,16	предпочитаемый
19	0,26	звезда
20	-0,32	отвергаемый
21	0,16	звезда
22	0,11	предпочитаемый
23	0,05	предпочитаемый
24	-0,05	пренебрегаемый
25	0	принятый
26	0	принятый
27	-0,16	пренебрегаемый

Социометрический статус 8 «Б» (2 критерий)

испытуемые	социометрический статус	статус
1	0	предпочитаемый
2	0,23	звезда
3	0,23	звезда
4	0,14	принятый

5	0	принятый
6	0	принятый
7	-0,05	принятый
8	-0,27	отвергаемый
9	0,05	пренебрегаемый
10	0,32	звезда
11	0,09	принятый
12	0,14	принятый
13	0,32	звезда
14	0,05	пренебрегаемый
15	0,05	пренебрегаемый
16	0,05	пренебрегаемый
17	0,05	пренебрегаемый
18	0,05	принятый
19	0,32	звезда
20	-0,05	принятый
21	0,59	отвергаемый
22	-0,05	пренебрегаемый
23	-0,09	пренебрегаемый
24	0	принятый
25	0,09	пренебрегаемый
26	0,05	принятый
27	0,05	принятый

Социометрический статус 8 «Г» (1 критерий)

испытуемые	социометрический статус	статус
1	-0,05	отвергаемый
2	0,05	принятый
3	0,11	предпочитаемый
4	0,11	предпочитаемый
5	-0,05	пренебрегаемый
6	0,16	предпочитаемый
7	0,26	звезда
8	0,11	предпочитаемый
9	0,16	предпочитаемый
10	0	изолированный
11	0,26	звезда
12	0,21	звезда
13	0	принятый
14	0	предпочитаемый
15	0,23	звезда
16	0,23	звезда
17	0,14	принятый
18	0	принятый
19	0	принятый
20	-0,05	принятый
21	0,11	предпочитаемый
22	0	принятый
23	0,32	звезда

Социометрический статус 8 «Г» (2 критерий)

испытуемые	социометрический статус	статус
1	-0,09	пренебрегаемый
2	0,05	принятый
3	0	принятый
4	0,09	принятый
5	0,05	принятый
6	0,18	звезда
7	0,09	принятый
8	0,32	звезда
9	0,09	принятый
10	0,09	предпочитаемый
11	0,14	предпочитаемый
12	0,09	принятый
13	0,14	предпочитаемый
14	0,09	предпочитаемый
15	0,18	звезда
16	-0,09	предпочитаемый
17	-0,41	отвергаемый
18	0	принятый
19	0,09	предпочитаемый
20	0,14	предпочитаемый
21	0	принятый
22	0,05	принятый
23	0	принятый

Психологический климат 8 «Б»

испытуемые	эмоциональный	когнитивный	поведенческий
1	1	1	1
2	-1	-1	-1
3	0	1	1
4	0	0	-1
5	0	0	1
6	0	1	1
7	0	1	1
8	0	1	0
9	1	0	1
10	0	1	1
11	0	1	1
12	1	0	1
13	0	1	1
14	1	1	0
15	0	1	1
16	0	0	1
17	0	1	0
18	0	0	1
19	1	0	-1

20	1	0	1
21	0	1	0
22	1	1	1
23	0	0	1
24	1	-1	0
25	0	0	0
26	0	0	-1
27	0	0	1

Психологический климат 8 «Г»

испытуемые	эмоциональный	когнитивный	поведенческий
1	0	1	1
2	1	1	0
3	0	1	1
4	0	1	0
5	0	1	1
6	0	1	1
7	1	0	-1
8	0	1	0
9	0	0	1
10	0	0	1
11	0	1	1
12	-1	1	1
13	0	1	0
14	0	0	0
15	1	1	1
16	0	-1	0
17	0	0	1
18	0	1	1
19	1	1	0
20	1	1	-1
21	-1	1	0
22	0	1	0
23	-1	1	1

Методика Томаса 8 «Б» и 8 «Г»

испытуемые	соперничество	сотрудничество	компромисс	избегание	приспособление
8 Б класс					
1	11	5	4	6	4
2	7	11	3	7	2
3	5	5	6	10	4
4	3	10	7	8	2
5	3	2	11	8	6
6	12	6	7	3	2
7	9	3	2	5	11
8	10	8	5	2	5
9	8	2	3	11	6

10	5	10	5	6	4
11	5	3	12	8	2
12	11	6	5	4	4
13	5	7	5	3	10
14	10	5	3	7	5
15	1	2	7	11	9
16	6	11	3	4	6
17	12	3	7	2	6
18	10	8	7	2	3
19	6	5	10	5	4
20	11	9	2	3	5
21	10	4	6	8	2
22	4	6	4	11	5
23	6	7	4	10	3
24	10	2	5	5	8
25	11	6	3	8	2
26	12	4	4	5	5
27	12	8	2	5	3
8 Г класс					
28	9	2	3	5	11
29	5	3	12	8	2
30	10	2	5	5	8
31	6	5	10	5	4
32	8	12	5	2	3
33	5	10	5	6	4
34	6	11	3	4	6
35	5	5	2	12	6
36	11	5	4	6	4
37	5	10	5	7	3
38	6	4	10	3	7
39	5	9	11	2	3
40	5	12	5	3	5
41	8	11	5	4	3
42	12	7	1	6	4
43	7	10	8	2	3
44	5	11	3	2	9
45	7	12	5	3	3
46	6	12	3	7	2
47	3	6	12	2	7
48	4	10	5	6	5
49	9	11	5	3	2
50	10	5	5	7	3

ПРИЛОЖЕНИЕ 11

Результаты статистической обработки данных

Статистические показатели сдвига значений в контрольной и экспериментальной выборочной совокупностях на этапе контрольного эксперимента (критерий Т-Вилкоксона)

	ЭВС	КВС
Шкала	Т	Т
Социометрическое исследование		
Социометрический статус, 1 критерий	34	102
Социометрический статус, 2 критерий	45,5	107,5
Э.Р. Ахмеджанов «Психологический климат в коллективе».		
Эмоциональный компонент	32,5	102
Когнитивный компонент	45	94
Поведенческий компонент	26	115
Томас (адаптация Гришиной) «Стратегия поведения в конфликтной ситуации»		
Соперничество	83	114
Избегание	74	105
Компромисс	56,5	119
Сотрудничество	52	124
Приспособление	45,5	124

ПРИЛОЖЕНИЕ 12

Программа профилактики межличностных конфликтов подростков в образовательной организации

Пояснительная записка

В настоящее время перед образованием поставлены новые цели и задачи – формирование личности гражданина демократического правового общества. Все качества гражданина (активность, толерантность, способность к самоопределению и т.д.) связаны с функционированием определенных психологических механизмов личности как субъекта собственной жизнедеятельности и общественной жизни. Старший подростковый возраст – этап формирования самосознания и собственного мировоззрения. Стремление доказать независимость сопровождается типичными поведенческими реакциями: пренебрежительное отношение к советам старших, недоверие к критике, иногда даже открытое противодействие. В такой ситуации подросток вынужден опираться на моральную поддержку ровесников, что приводит к повышенной подверженности групповому влиянию, которая обуславливает единство вкусов, стилей поведения, норм морали. Перестройка всей сложившейся системы отношений с родителями, учителями, сверстниками неизбежно приводит к возникновению противоречий, межличностных конфликтов. Необходимо отметить, что межличностное взаимодействие в ситуациях межличностного конфликта вызывает значительные затруднения у старших подростков, в их отношениях очень распространены деструктивные тенденции. Зачастую вместо анализа проблемы и поиска оптимальных путей ее решения старший подросток пытается интенсивным способом повлиять на объект противоречия и производит действия, ведущие к обострению конфликта. Это связано, прежде всего, с 78 недостатком коммуникативной и социальной компетентности детей старшего подросткового возраста. Профилактика межличностных конфликтов старших подростков в школе заключается в такой организации жизнедеятельности подростков социального взаимодействия, которая исключает или сводит к минимуму вероятность возникновения межличностных конфликтов между ними. Профилактика межличностных конфликтов – это их предупреждение в широком смысле слова. Цель профилактики межличностных конфликтов – создание таких условий деятельности и взаимодействия подростков, которые минимизировали бы вероятность возникновения или деструктивного развития противоречий между ними

Содержание занятий

Занятие №1

«Что такое конфликт. Причины возникновения»

Цель: Сформировать представление о природе конфликтов

Инструменты: Бумага, фломастеры, коробка

Организационный момент

Приветствие. Сведения о себе.

«Ассоциация со встречами»

Участникам предлагается высказать свои ассоциации с встречами. К примеру : «Если бы наша встреча была животным, то это была бы... собака».

Основная часть

«Что такое конфликт»

Участникам предлагается написать на небольших листах определения конфликта ("Конфликт – это..."). После этого в импровизированную "корзину конфликтов" (коробка) складываются листки с ответами и перемешиваются. Ведущий подходит по очереди к каждому участнику, предлагая взять один из листков и прочитать написанное. Таким образом, можно выйти на определение конфликта.

Конфликт – это противоречие, столкновение противоположных взглядов, интересов, точек зрения, форм поведения. Разногласие между людьми, чреватое для них серьезными последствиями, трудностями в установлении нормальных взаимоотношений.

«Работа в микрогруппах»

Определить в своих микрогруппах причины возникновения конфликтов.

После работы в микрогруппах участники объединяются для обсуждения наработок.

Высказанные мысли с некоторой редакцией записываются на лист бумаги.

Итог: - итак, что приводит к конфликту? (неумение общаться, неумение сотрудничать и отсутствие позитивного утверждения личности другого. Это как айсберг, малая, видимая часть которого – конфликт – над водой, а три составляющие – под водой.)

Таким образом, просматриваются пути урегулирования конфликта: - это умение общаться, сотрудничать и уважать, позитивно утверждать личность другого. Эта идея также представлена в виде айсберга.

Проективная методика «Несуществующее животное»

Ритуал прощания

«Аплодисменты по кругу»

Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам игру, в ходе которой аплодисменты сначала звучат тихонько, а затем становятся все сильнее и сильнее.

Ведущий начинает тихонько хлопать в ладоши, глядя и постепенно подходя к одному из участников. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. последнему участнику аплодирует уже вся группа.

Занятие №2

«Поговорим о дружбе»

Цель: содействовать в формировании представления о дружбе

Инструменты: Карточка с алфавитом; карточка с пословицами; бумага

Организационный момент

Приветствие.

«Печатная машинка»

Участникам загадывается слово или фраза. Буквы, составляющие текст, распределяются между членами группы. Затем фраза должна быть сказана как можно быстрее, причем каждый называет свою букву, а в промежутках между словами все хлопают в ладоши.

Основная часть

«Отгадай загадку»

-Ребята посмотрите на доску, здесь зашифровано слово. Используя алфавит (цифра соответствует порядку номера буквы), разгадайте его.

5 18 21 8 2 1 (ДРУЖБА)

-Молодцы. Сегодня мы поговорим о дружбе, о значении этого слова. Нужна ли дружба людям или можно обойтись без друзей.

Дружба - близкие отношения, основанные на взаимном доверии, привязанности, общности интересов.

«Пословицы о дружбе»

Нам хорошо знакомы пословицы о дружбе. Вспомним их:

-Не имей 100 рублей, а...

-Старый друг лучше...

-Нет друга – ищи, а...

-Друг познаётся...

«Займи позицию».

-Ребята, приведём свои аргументы в защиту дружбы. Почему заняли позицию « Дружба нужна?»

«Волшебный стул»

Желающий может сесть на стул в центре класса, ребята могут говорить сидящему только добрые слова, комплименты

«Притча о дружбе»

Если у вас есть друг, берегите дружбу с ним, цените ее. Друга легко потерять, гораздо труднее его найти.

Послушайте притчу о дружбе:

Как-то два друга много дней шли в пустыне. Однажды они поспорили, и один из них сгоряча дал пощёчину другому. Его друг, почувствовал боль, но ничего не сказал. Молча, он написал на песке: «Сегодня мой самый лучший друг дал мне пощёчину». Други продолжали идти, и через много дней нашли оазис с озером, в котором они решили искупаться. Тот, который получил пощёчину, едва не утонул и его друг его спас. Когда он пришёл в себя, то высек на камне: «Сегодня мой самый лучший друг спас мне жизнь». Первый спросил его: – Когда я тебя обидел, ты написал на песке, а теперь ты пишешь на камне. Почему? Друг ответил:

– Когда кто-либо нас обижает, мы должны написать это на песке, чтобы ветры могли стереть это. Но когда кто-либо делает что-либо хорошее, мы должны высечь это на камне, чтобы никакой ветер не смог бы стереть это. Научись писать обиды на песке и высекать радости на камне. Оставь немного времени для жизни! И пусть тебе будет легко и светло...
Беседа:

– О чем эта притча, чему она учит нас?

– Да, действительно, ребята, нужно уметь прощать обиды, помня все хорошее, что сделал для вас ваш друг. Народная мудрость гласит: настоящий друг с тобой, когда ты не прав. Когда ты прав, всякий будет с тобой.

«Кодекс дружбы»

Если хочешь быть хорошим и верным другом:

Делись своими успехами, неудачами и новостями.

Умей слушать.

Оказывай другу эмоциональную помощь и поддержку.

Доверяй другу и будь уверенным в нем.

Сохраняй тайны своего друга.

Не критикуй друга публично.

Не будь назойливым и не поучай.

Не обсуждай друга в его отсутствие.

Не ревнуй друга к другим его друзьям.

Уважай внутренний мир и чувства своего друга.

Возвращай долги.

Радуйся успехам своего друга.

Ритуал прощания

«Собери рукопожатие»

Участникам предлагается в течение 30 секунд пожать руки как можно большему числу других участников, каждому партнеру руку можно пожимать лишь один раз. Обсуждение. Достаточно короткого обмена впечатлениями.

«Занятие №3»

«Навыки общения»

Цель: изучить процесс принятия группового решения в ходе общения и групповой дискуссии

Инструменты: карточки для игры

Организационный момент

Приветствие.

«Ревущий мотор»

Вы видели настоящие автомобильные гонки? Сейчас мы организуем нечто вроде автогонок по кругу. Представьте себе рев гоночного автомобиля – «Рррмм!» Один из вас начинает, произнося «Рррмм!» и быстро поворачивает голову налево или направо. Его сосед, в чью сторону он повернулся, тут же «вступает в гонку» и быстро произносит свое «Рррмм!», повернувшись к следующему соседу. Таким образом, «рев мотора» быстро передается по кругу, пока не сделает полный оборот. Кто хотел бы начать?

Основная часть

«Молва»

Активными игроками в этой игре являются 6 участников. Остальные — наблюдатели, эксперты. Четыре участника на некоторое время выходят из помещения. В это время первый участник, который остался, должен прочитать второму игроку предложенный ведущим небольшой рассказ или сюжет. Задача второго игрока – внимательно слушать, чтобы потом передать полученную информацию третьему участнику, который должен будет войти в комнату по сигналу. Третий игрок, прослушав рассказ второго игрока, должен пересказать его четвертому и т. д.

После выполнения этого задания участниками перечитываем рассказ уже для всех участников игры. Каждый игрок может сравнить свой вариант пересказа с оригиналом. Как правило, в процессе пересказа происходит искажение первоначальной информации. - что произошло с информацией?

Возможная история для игры "Слухи"

"Я ходил по крытому кооперативному рынку, когда увидел милицейские машины, останавливающиеся у всех дверей. Рядом со мной были два человека, которые мне показались подозрительными; один выглядел очень взволнованным, а другой испуганным. Первый схватил меня за руку и толкнул внутрь торгового зала. "Притворись, что ты мой ребенок", – прошептал он. Я услышал, как милиционер крикнул: "Они здесь!", и вся милиция побежала в нашу сторону. "Я не тот, кого вы ищете, – сказал мужчина, который держал меня, – Я просто пришел за покупками со своим сыном". "Как его зовут?", – спросил милиционер. "Его зовут Сергей", – сказал один мужчина, в то время как другой сказал: "Его зовут Коля". Милиционеры поняли, что эти мужчины не знают меня. Они допустили ошибку. Поэтому мужчины отпустили меня и побежали прочь. Они столкнулись с прилавком женщины. Повсюду покатались яблоки и овощи. Я увидел, как некоторые мои друзья поднимают их и кладут себе в карманы. Мужчины убежали через дверь со стороны здания и остановились. Их ожидали около двадцати милиционеров. Мне было интересно, что они такое натворили. Возможно, это связано с мафией".

- С какими трудностями вы столкнулись при получении и передаче информации (если таковые были)?

- Что происходит с общением людей в случае искажения информации?

- С чем можно сравнить варианты пересказа сюжета?

«Варианты общения»

Участники разбиваются на пары.

"Синхронный разговор". Оба участника в паре говорят одновременно в течение 10 секунд. Можно предложить тему разговора. Например, "Книга, которую я прочел недавно". По сигналу разговор прекращается.

"Игнорирование". В течение 30 секунд один участник из пары высказывается, а другой в это время полностью его игнорирует. Затем они меняются ролями.

"Спина к спине". Во время упражнения участники сидят друг к другу спиной. В течение 30 секунд один участник высказывается, а другой в это время слушает его. Затем они меняются ролями.

"Активное слушание". В течение одной минуты один участник говорит, а другой внимательно слушает его, всем своим видом показывая заинтересованность в общении с ним. Затем они меняются ролями.

- Как вы себя ощущали во время проведения первых трех упражнений?

- Не казалось ли вам, что вы слушаете с усилием, что это не так просто?
- Что мешало вам чувствовать себя комфортно?
- Как вы себя ощущали во время последнего упражнения?
- Что помогает вам в общении?

Ритуал прощения

Если Вам понравилось занятие, вы поднимите по команде «три-четыре»- большой палец, если нет, то опустите большой палец вниз. И так «три- четыре»

Занятие №4

«Навыки общения»

Цель: развить навыки общения как одного из элементов в профилактике конфликтов

Организационный момент

Приветствие.

«Ассоциация со встречами»

Участникам предлагается высказать свои ассоциации с встречами. К примеру : «Если бы наша встреча была животным, то это была бы... собака».

Основная часть

«Шалаш»

Первые два участника становятся вплотную спиной друг к другу. Затем каждый из них делает шаг (два) вперед для того, чтобы установить равновесие и позу, удобную для двоих участников. Таким образом, они должны представить из себя основу "шалаша". По очереди к "шалашу" подходят и "пристраиваются" новые участники, находя для себя удобную позу и не нарушая комфорта других.

Примечание. Если участников более 12 человек, то лучше сформировать две (или более) команды.

Итог: - Как вы себя ощущали во время "постройки шалаша"?

- Что необходимо было сделать для того, чтобы каждый ощущал себя комфортно?

«Похвали себя»

Участникам предлагается подумать и рассказать о тех свойствах, качествах, которые им нравятся в себе или отличают от других. Это могут быть любые особенности характера и личности. Напомним, что овладение этими качествами делает нас уникальными.

Вопрос: Как вы себя ощущали, когда хвалили себя?

«Комплимент»

Каждому участнику предлагается сосредоточить свое внимание на достоинствах партнера и сказать ему комплимент, который бы звучал искренне и сердечно.

Вопрос: Как вы себя ощущали, когда хвалили вас?

Ритуал прощения

Если Вам понравилось занятие, вы поднимите по команде «три-четыре»- большой палец, если нет, то опустите большой палец вниз. И так «три- четыре»

Занятие №5

«Я среди людей»

Цель: Познакомить с приемами и передачи информации

Инструменты: Фломастеры, бумага

Организационный момент

Приветствие.

«Ассоциация со встречами»

Участникам предлагается высказать свои ассоциации с встречами. К примеру : «Если бы наша встреча была животным, то это была бы... собака».

Основная часть

Беседа «Что такое положительные качества» (ответы учащихся)

«Выражения чувств» (радость, обида, грусть, растерянность) (пантомима)

«Пойми рисунок» (нарисовать схематично рисунок – солнце, домик или человечек – на спине впереди стоящего одноклассника, выборочно опросить ребят: кто какой рисунок рисовал, какой рисунок был нарисован на их спине, на основе собственных ощущений) Обсудить, какие чувства могут испытывать люди в процессе общения. Как важно уметь увидеть человека, которому плохо, и предложить ему свою помощь.

«Поддержи товарища» (обсуждение предложенных ситуаций; поиск слов: как поддержать товарища в трудной ситуации, как ему помочь;

- ты потерял мобильный телефон
- ты получил “2” по контрольной работе
- ты поссорился с товарищем
- ты забыл дома тетрадь с домашним заданием)

«Звезда»

«В каждом из нас глубоко-глубоко живет звезда. У всех она разная, разная по форме, размеру, цвету. Но у каждой звездочки есть лицо. Какое оно?

Может быть, оно смеется, а может быть, просто улыбается. А какой-то звездочке стало грустно. Нарисуйте свою звездочку. Какая она?»

(Учащиеся рисуют свою звезду и наклеивают ее на импровизированный небосклон)

Ритуал прощения

Если Вам понравилось занятие, вы поднимите по команде «три-четыре»- большой палец, если нет, то опустите большой палец вниз. И так «три- четыре»

Занятие №6

«Отношение к конфликтам»

Цель: развить способность адекватного реагирования на конфликтные ситуации

Инструменты: бумага, фломастеры

Организационный момент

Приветствие.

«Ассоциация со встречами»

Участникам предлагается высказать свои ассоциации с встречами. К примеру : «Если бы наша встреча была животным, то это была бы... собака».

Основная часть

«Смена акцентов»

Вспомните не очень тяжелый конфликт или мелкую проблему и напишите на листочке в одном предложении. Затем вместо согласных, используемых в этом предложении, вставьте букву "Х" и, начисто перепишите предложение.

Прочитайте полученный результат по кругу, не называя своей проблемы: (например: хохеха....)

Вопрос: Что изменилось?

Разрешился ли конфликт?

«Дружественная ладошка»

На листе бумаги обрисуйте свою ладонь, внизу подпишите своё имя. Оставьте листочки на стульях, двигаясь от листочка к листочку, напишите друг другу на нарисованных ладошках что-то хорошее (понравившиеся качества этого человека, пожелания ему).

Ритуал прощения

Если Вам понравилось занятие, вы поднимите по команде «три-четыре»- большой палец, если нет, то опустите большой палец вниз. И так «три- четыре»

Занятие №7

«Управление конфликтами»

Цель: сформировать отношение к конфликтам, как к новым возможностям самосовершенствования.

Организационный момент

Приветствие.

«Ревущий мотор»

Вы видели настоящие автомобильные гонки? Сейчас мы организуем нечто вроде автогонок по кругу. Представьте себе рев гоночного автомобиля – «Рррмм!» Один из вас начинает, произнося «Рррмм!» и быстро поворачивает голову налево или направо. Его сосед, в чью сторону он повернулся, тут же «вступает в гонку» и быстро произносит свое «Рррмм!», повернувшись к следующему соседу. Таким образом, «рев мотора» быстро передается по кругу, пока не сделает полный оборот. Кто хотел бы начать?

Основная часть

«А или Б»

Разбейтесь на пары, займите места, сидя напротив друг друга, и решите, кто будет А, а кто В в каждой паре.

-Выберете для обсуждения тему, которая вас интересует. Упражнение состоит из трех этапов:

1) Предложить партнерам одновременно говорить на свою тему (45 секунд).

- Было ли это приятно или наоборот?

- Было ли трудно кому-нибудь говорить?

2) Попросить всех А говорить, о чем они хотели рассказать, в то время как все В делают что-нибудь (кроме разговоров и покидания своего места), демонстрируя, что это их абсолютно не интересует (1 мин.).

- Было ли это приятно или наоборот?

- Было ли трудно кому-нибудь говорить?

- По каким признакам можно определить, что вас не слушают?

3) То же самое, но теперь В говорят, А не слушают (1 мин.).

- Было ли это приятно или наоборот?

- Было ли трудно кому-нибудь говорить?

4) Предложите всем А говорить снова (они могут сменить тему, если хотят). Теперь В делают все возможное, чтобы показать насколько им интересно, но молча (2 мин.).

- Было ли это приятно или наоборот?

- Было ли трудно кому-нибудь говорить?

- По каким признакам можно определить, что вас слушают?

5) То же самое, только А и В меняются ролями (2 мин.).

Обсуждение.

Ритуал прощения

Если Вам понравилось занятие, вы поднимите по команде «три-четыре»- большой палец, если нет, то опустите большой палец вниз. И так «три- четыре»

Занятие №8

«Он первый начал, или способы решения конфликтной ситуации»

Цель: научить способам решения конфликтных ситуаций

Организационный момент

Здравствуйте ребята! Сегодняшнее занятие хотелось бы начать с фразы современной бельгийской писательницы Амели Нотомб «Взрослые смеются над детьми, которые в свое оправдание ноют «он первый начал». Но взрослые конфликты начинаются точно так же»

Основная часть

«Конфликт в сказке»

Сейчас вам необходимо вспомнить мультфильмы, сказки, где происходила конфликтная ситуация. (обсуждение)

Пример: золушка, 12 месяцев, сказка о рыбаке и рыбке

«Конфликт- это хорошо, или плохо»

А теперь, я предлагаю вам подумать- Конфликт- это хорошо, или плохо? 1 ая- группа-выписывает как можно больше минусов конфликта, 2-ая- как можно больше плюсов. (3 минуты)

МИНУСЫ КОНФЛИКТА	ПЛЮСЫ КОНФЛИКТА
ухудшение отношений между людьми, затрата времени, сил, различные потери.	решение ситуации, движение с мертвой точки, развитие, выяснение и удовлетворение целей участников конфликта, начало совместной деятельности.

Самое главное в роли конфликта- это умение их правильного разрешения.

«Пять способов решения конфликтов»

Существует 5 способов поведения в конфликте, давайте рассмотрим каждый их них:

1. Соперничество- критика, угрозы, унижение другого, поиск союзников, применение физической силы, перекрикивание.
2. Уступка- полное согласие, чувство бессилия, плач, полное подчинение одной из сторон.
3. Избегание- молчание, игнорирование обидчика, полный отказ от отношений и решения ситуации.
4. Компромисс- решение конфликта на основе взаимных уступок.
5. Сотрудничество- поиск справедливого исхода, заявление о своих чувствах и правах, совместное решение проблемы.

«Ситуация»

Сейчас ребята, я предлагаю вам обсудить ситуацию:

Миша забросил на шкаф шапки пяти одноклассниц и радостно посмеивался, представляя себе, как они теперь пойдут на прогулку. Девочки отреагировали на выходку по-разному: Валя тихо плакала и стала просить Мишу достать шапку. Вера сначала врезала Мише по спине, а затем быстро стянула с него шапку и забросила еще дальше. Лариса обмотала голову шарфом и пошла гулять. Таня сказала: “Если ты мне отдашь шапку, я тебе дам списать математику”, а Лена предложила Мише стать на ее место, подумать, каково ей будет без прогулки, и обсудить, как можно быстро достать шапки.

«Найди выход»

Я предлагаю каждой группе по ситуации, которую вы должны обсудить и разыграть исход благоприятным способом. Другая группа должна проанализировать, какой способ решения конфликта избрала другая команда.

СИТУАЦИЯ №1:

Один приятель говорит другому, что раз он занимается танцами, то он «не мужик».

- ты ходишь на танцы? Как был ботаником, так им и остался! Танцор, блин! Ты же не мужик!

- А ты сам-то мужик? Над тобой все девчонки смеются!.....

СИТУАЦИЯ №2:

Один одноклассник подходит к другому, и говорит «Ты сел не за свою парту». Другой одноклассник отвечает «Я буду сидеть там где захочу!».....

Рефлексия

Ребята, какой-либо не был конфликт. В любой ситуации надо искать совместно решение. И всегда оставаться людьми.

Занятие №9

Деловая игра "Потерпевшие кораблекрушение"

Цель: изучить процесс выработки и принятия группового решения в ходе общения и групповой дискуссии.

Инструменты: карточки для игры

Организационный момент

Приветствие.

Основная часть

Ознакомление всех участников с условиями игры

- Представьте себе, вы дрейфуете на яхте в южной части Тихого океана. В результате пожара большая часть яхты и ее груза уничтожена. Яхта медленно тонет. Ваше местонахождение неясно из-за поломки основных навигационных приборов, но примерно вы находитесь на расстоянии тысячи километров от ближайшей земли.

Ниже дан список 15 предметов, которые остались целыми и не поврежденными после пожара. В дополнение к этим предметам вы располагаете прочным надувным плотом с веслами, достаточно большим, чтобы выдержать вас, экипаж и все перечисленные ниже предметы. Имущество оставшихся в живых людей составляют пачка сигарет, несколько коробков спичек и пять одно долларовых банкнот.

Сектант.

Зеркало для бритья.

Канистра с 25 литрами воды.

Противомоскитная сетка.

Одна коробка с армейским рационом.

Карты Тихого океана.

Надувная плавательная подушка.

Канистра с 10 литрами нефтегазовой смеси.

Маленький транзисторный радиоприемник.

Репеллент, отпугивающий акул.

Два квадратных метра непрозрачной пленки.

Один литр рома крепостью 80%.

450 метров нейлонового каната.

Две коробки шоколада.

Рыболовная снасть.

- Самостоятельно проранжируйте указанные предметы с точки зрения их важности для выживания (поставьте цифру 1 у самого важного для вас предмета, цифру 2 – у второго по значению и т. д., цифра 15 будет соответствовать самому менее полезному предмету).

На этом этапе упражнения дискуссии между участниками запрещены. Отметьте среднее индивидуальное время выполнения задания (8-10 мин)

- Разбейтесь на подгруппы примерно по 6 человек. Один участник из каждой подгруппы будет экспертом.

- Составить общее для группы ранжирование предметов по степени их важности (так же, как они это делали по отдельности).

На этом этапе допускается дискуссия по поводу выработки решения.
Отметьте среднее время выполнения задания для каждой подгруппы(10-15 мин)
-Оценка результатов дискуссии в каждой подгруппе.

Для этого:

а) выслушайте мнения экспертов о ходе дискуссии и о том, как принималось групповое решение, первоначальные версии, использование веских доводов, аргументов и т. д.;

б) зачитайте "правильный" список ответов, предложенный экспертами ЮНЕСКО (приложение 3). Предложите сравнить "правильный" ответ, собственный результат и результат группы: для каждого предмета списка надо вычислить разность между номером, который присвоил ему индивидуально каждый студент, группа и номером, присвоенным этому предмету экспертами. Сложите абсолютные значения этих разностей для всех предметов.

Если сумма больше 30, то участник или подгруппа "утонули";

в) сравните результаты группового и индивидуального решения. Явился ли результат группового решения более правильным по сравнению с решениями отдельных людей?

Итоги:

- Это упражнение дает возможность количественно оценить эффективность группового решения.
- В группе возникает большее количество вариантов решения и лучшего качества, чем у работающих в одиночку.
- Решение проблем в условиях группы обычно занимает больше времени, чем решение тех же проблем отдельным индивидом.
- Решения, принятые в результате группового обсуждения, оказываются более рискованными, чем индивидуальные решения.
- Индивид, обладающий особыми умениями (способности, знания, информация), связанными с групповой задачей, обычно более активен в группе, вносит больший вклад в выработку групповых решений.

Рефлексия

Занятие №10

«Мотивы агрессивного поведения»

Цель: изучить мотивы агрессивного поведения

Инструменты: карточки со скороговорками

Организационный момент

Приветствие.

Психолог предлагает подросткам сначала поздороваться друг с другом так, будто они только недавно расстались, а потом предлагает поздороваться так, будто они давно друг друга не видели.

Основная часть

«Шла Саша по шоссе»

Данная игра является модификацией игры К. Фопеля «Тух-тиби-дух» и родилась в процессе занятий с группой родителей агрессивных детей. Игровое упражнение проводится в два этапа.

1-й этап. Каждый из участников получает карточку с какой-либо скороговоркой и вспоминает какую-либо ситуацию, в которой чувствовал себя раздраженным. Имитируя данную ситуацию, участники, насунив брови и сжав кулаки, ходят по комнате в свободном направлении и бормочут себе под нос скороговорку (в удобном для них темпе) — ворчат. Время от времени они останавливаются друг перед другом и, потупив глаза, монотонно, тихим голосом произносят скороговорку, стараясь интонацией и тембром

голоса передать свое неудовольствие, раздражение: «Шла Саша по шоссе...» После этого все продолжают бродить по комнате и ворчать себе под нос. По сигналу тренера первый этап игры заканчивается.

2-й этап. Участники с серьезными лицами ходят по комнате. Время от времени они останавливаются друг перед другом и сердито, грозным голосом, трижды выкрикивают текст своей скороговорки. После этого продолжают молча ходить по комнате, до следующей встречи.

Обсуждение. Участники отвечают на вопросы тренера (психолога).

- Что чувствовали после проведения 1-го и 2-го этапов игры?
- В каком случае удалось в большей степени освободиться от своих отрицательных эмоций?
- Наблюдал ли каждый из участников эффект катарсиса на втором этапе работы?
- Как участники поступают в реальной ситуации, если кто-либо из близких постоянно ворчит или кричит на них?
- Могли бы они посоветовать близким выразить гнев в другой форме?

Визуализации «Горы» (автор — Д. В. Ильина.)

«Теплый солнечный летний день. Ты сидишь на горной лужайке, покрытой зеленой мягкой травой. Твоя спина опирается на нагретый солнцем камень. Вокруг тебя возвышаются величественные горы. В воздухе пахнет согретой солнцем травой, доносится легкий запах цветов и нагретых за день скал. Легкий ветерок ерошит твои волосы, нежно касается лица.

Ты оглядываешься вокруг. Со своего места ты видишь горный хребет, простирающийся вдаль, за горизонт. Солнечный луч плавно скользит вдоль склонов. Далеко впереди, почти за пределами слышимости, с каменного уступа медленно падает вода горного потока. Вокруг стоит удивительная тишина: ты слышишь лишь далекий, чуть слышный шум воды, жужжание пчелы над цветком, где-то поет одинокая птица, ветер легко шелестит травой. Ты чувствуешь, каким спокойствием и безмятежностью дышит это место. Уходят заботы и тревоги, напряжение. Приятный покой охватывает тебя.

Ты поднимаешь глаза и видишь над собой небо, такое ясное, синее, бездонное, какое может быть только в горах. В синей вышине парит орел. Почти не шевеля могучими крыльями, он словно плывет в безграничной синеве. Ты смотришь на него и случайно ловишь его взгляд. И вот уже ты — орел, и твое тело легко и невесомо. Ты паришь в небе, оглядывая землю с высоты полета, запоминаешь каждую подробность».

Рефлексия

Занятие №11

«Негативные чувства»

Цель: повысить самооценку и положительное принятие своих негативных чувств

Инструменты: магнитофон

Организационный момент

Приветствие.

Каждый участник встает и произносит какую-либо фразу, обращенную ко всем остальным: «Добрый день!» или «Рад вас видеть!». Ведущий просит, чтобы фразы и пожелания не повторялись.

Основная часть

«Толкалки»

«Разбейтесь на пары. Встаньте друг к другу на расстоянии вытянутой руки. Поднимите руки на высоту плеч и обопритесь ладонями на своего партнера. По моему сигналу начните толкать партнера с места при условии, что никто никому не должен причинять боль. По моему сигналу „СТОП" прекратите толкаться».

Данное упражнение позволяет разыграть конфликтную ситуацию и отработать агрессию через игру и позитивное движение.

После выполнения упражнения можно обсудить с участниками, какие эмоции вызвало это упражнение, понравилось оно или нет, почему. Что испытывал каждый участник, когда его толкали?

«Переменное дыхание».

Инструкция: «Делай вдохи и выдохи, медленно пока не возникает напряжение. Медленно вдыхай носом, можешь при этом считать „один-два-три“. Как только появится напряжение, делай выдох. Выдыхай ртом, также до ощущения напряжения, тоже можешь считать. Постарайся, чтобы выдохи были несколько длиннее вдохов, если выдыхать трудно, можешь несколько приоткрыть рот. Повторяй это упражнение в течение двух минут.

Открой глаза. Как ты себя чувствуешь? Что ты ощущал во время выполнения упражнения? А сейчас снова закрой глаза и представь лицо самого любимого человека. Снова открой глаза, как самочувствие, кого представлял, какое сейчас настроение? И еще раз закрой глаза».

Визуализация «Летнее поле», автор — Е. В. Трошева.

«Представь себе, что ты идешь по летнему залитому солнцем полю. Поле усыпано цветами, словно мягкий разноцветный ковер.

Ты чувствуешь теплый воздух. Легкий ветерок приятно овеивает твоё лицо. Ты вдыхаешь легкий аромат цветов, слышишь, как поют птицы. Посмотри, какие красочные цветы вокруг: красные, голубые, желтые — они радуют твой взгляд.

Ощути, как с каждым вдохом тебе становится легко. Ты чувствуешь, как прозрачная энергия цветов заполняет тебя.

С этим ощущением ты легко и свободно взлетаешь над полем. Ощути, как легко и свободно ты летишь. Почувствуй, как твои мысли становятся спокойными и безмятежными, спокойствие полностью охватывает тебя.

Теперь ты опускаешься ближе к цветам. Протягиваешь к ним руки. Чувствуешь, какие цветы мягкие и нежные. Ты опускаешься и снова стоишь на поле.

Глубоко вдохнув, ты чувствуешь, как легкая энергия заполнила каждую клеточку твоего тела.

Оглянись вокруг еще раз, запомни все, что видишь и ощущаешь.

Картинка медленно растворяется, поле исчезает, и ты медленно и спокойно открываешь глаза».

Рефлексия

Занятие №12

«Расслабление»

Цель: обучить дыхательным релаксационным техникам

Инструменты: магнитофон

Организационный момент

Приветствие.

Психолог предлагает каждому подростку приветствовать других каким-то необычным образом, но с обязательным условием, что это приветствие вызвало бы только положительные реакции у других.

Основная часть

«Задействование выдоха»

«Сядь удобно, выпрямись, чтобы шея, голова и позвоночник являли собой одну прямую линию, не горбись, но и не напрягайся.

Поставь ступни ног плотно на пол, кисти рук положи на колени (слово „бедро" подросткам, особенно девушкам, может напрячь) так, как тебе удобно.

Ни руки, ни ноги не должны соприкасаться.

Если ты можешь закрыть глаза — закрой, если нет, посиди с открытыми глазами.

Сейчас нужно будет сосредоточиться на своем дыхании».

(Проводится одно-два дыхательных упражнения.)

«Расслабься, делая вдох — медленно, вдыхая столько, сколько можешь вдохнуть без напряжения.

Затем так же спокойно выдыхай, тоже медленно, сколько можешь выдохнуть без напряжения. Выдоху удобно придать форму звука „а-а-а". Совершая его, постарайся ощутить чувство расслабления.

Повторяй это упражнение в течение двух минут.

Открой глаза.

Как ты себя чувствуешь?

Что ты ощущал во время выполнения упражнения?

А сейчас снова закрой глаза и представь лицо самого любимого человека.

Снова открой глаза.

Как самочувствие?

Кого представлял?

Какое сейчас настроение?

И еще раз закрой глаза».

Визуализация «Прогулка на теплоходе», автор — Н. А. Богданова.

«Представь, что ты находишься на борту красивого современного белого теплохода. На борту этого лайнера тебе предстоит путешествие по самому сказочному, теплему, бескрайнему и безопасному морю на Земле. Ты поднимаешься по трапу и с каждым шагом чувствуешь, как приближается приятное, таинственное долгожданное путешествие. Ты ходишь по кораблю, поднимаешься на самую верхнюю палубу.

Ты чувствуешь, как теплый морской ветерок обдувает плечи и лицо. Ты вдыхаешь солончатый запах моря. Солнце своими теплыми лучами окутывает твоё тело. Этой энергией солнца наполняется каждая клеточка твоего тела. Уходят напряжение и скованность. Движения становятся медленными, ленивыми. Ты подходишь к борту теплохода, смотришь, как медленно удаляется берег, он становится все меньше и меньше. Вместе с ним остались твои невзгоды, плохое настроение, однообразие, усталость.

Ты поворачиваешь голову в сторону моря и понимаешь, что сейчас тебя ничто не беспокоит. С каждым вдохом тебе становится легче, душа наполняется чувством радости и беззаботности».

Рефлексия

Занятие №13

«Эти негативные чувства»

Цель: закрепить конструктивные способы поведения

Инструменты: карточки для игры

Организационный момент

Приветствие.

Психолог предлагает каждому подростку приветствовать других каким-то необычным образом, но с обязательным условием, что это приветствие вызвало бы только положительные реакции у других.

Основная часть

«Символическое (пластическое, через рисунок) изображение эмоций»

Упражнение выполняется в группе (парах, тройках).

Для работы понадобятся заранее заготовленные карточки с названиями чувств.

Это могут быть страх, обида, горечь, грусть, радость, восхищение, злость, вдохновение, удовольствие, благодарность, растерянность, удивление, отвращение, досада, нетерпение, испуг, печаль, смущение, любовь, гнев, сострадание, жалость.

1. Участникам раздаются карточки с названиями чувств. Они знакомятся с ними, но не показывают окружающим. Психолог просит подростков вспомнить ситуацию, в которой они испытывали подобное чувство (в соответствии с карточкой). Затем каждый участник должен пластически изобразить чувство, написанное на его карточке, в виде «памятника» или небольшой пантомимы (некоторым детям проще изобразить чувство через рисунок).

Задача остальных участников — отгадать, «памятник» какому чувству они видят.

Желательно, чтобы высказались все участники.

1. После завершения этой части подростки рассаживаются в круг.

Психолог просит детей объяснить:

- как они понимают слова, указанные на карточке;
 - что значат эти чувства;
 - в каких ситуациях они могут возникать;
 - могут ли они рассказать случай из своей жизни, когда у них возникло подобное чувство.
- Если чей-нибудь рассказ о собственных чувствах вызвал живой отклик и желание поделиться своей жизненной ситуацией, в которой возникло подобное чувство, то не следует этому мешать.

Чем больше актуализируется чувств и жизненных ситуаций, тем лучше.

«Агрессор или жертва»

Игра проводится в парах.

1. Психолог просит подростков (каждого) составить список ситуаций (обстоятельств), в которых они, как правило, выбирают агрессивный стиль поведения (больно бьют, портят вещи, проявляют вербальную агрессию и т. п.).
1. Затем каждый выбирает ту из них, которая является для него наиболее типичной, и проигрывает ее вместе с другим подростком. Причем в первом варианте игры каждый проигрывает роль самого себя.

Это нужно для того, чтобы в следующем варианте ролевой игры, где «агрессивный» подросток играет роль «жертвы», а его партнер — самого «агрессивного» подростка, он смог максимально точно отобразить манеру невербального поведения «агрессивного» подростка (его позу, интонацию, взгляд), а также использовал в игре типичные для данного подростка выражения (слова) и манеру физического агрессивного поведения. Нельзя забывать, что это игра, в которой соблюдается правило «Не делай больно».

По окончании ролевой игры обсудите вместе с подростками:

- как они себя чувствовали в роли жертвы;
- что они чувствовали по отношению к «нападающему», что они думали о нем;
- изменилось ли их отношение (как «агрессоров») к ситуации в целом и к «жертве» в частности;
- если да, то можно ли изменить свое поведение в данной ситуации, сделать его более конструктивным, менее агрессивным.

«Мне в тебе нравится...»

Упражнение выполняется в небольшой группе (6-8 человек).

Для работы понадобится клубок мягкой и пушистой шерсти (желательно привлекательного цвета) или небольшая мягкая игрушка.

1. Подростки вместе с психологом садятся в круг. Психолог просит передать клубок соседу, сидящему слева (по часовой стрелке), со словами «Мне в тебе нравится...». Закончить фразу нужно комплиментом. Положительно отметить можно цвет глаз, волос, деталь одежды, черту характера, какой-либо поступок, учебное достижение и т. п. Начинает упражнение сам ведущий. Каждый участник, передавая клубок, оставляет часть нити у себя. В результате, когда клубок возвращается к ведущему, нить образует замкнутый круг, символически объединяющий группу в единое целое. Психолог обращает внимание участников на то, что ниточка их всех объединила.
1. Через несколько секунд (8-10 секунд) психолог возвращает клубок соседу, сидящему справа (против часовой стрелки), со словами «А мне в тебе нравится...», заканчивая фразу комплиментом. Каждый участник группы, передавая клубок, наматывает свою часть нити на клубок. В результате клубок (со смотанными нитками) возвращается к ведущему).
1. Не выходя из круга, следует обсудить с участниками, что они чувствовали, когда:
 - получали клубок и слышали в свой адрес комплимент;
 - сами передавали его и говорили комплимент соседу;
 - что было для них труднее, а что проще;
 - что они чувствовали, когда нить объединила их.

Лучше, если подросток, который захочет высказаться, будет держать в руках клубок. «Копилка хороших поступков»

Это упражнение предлагается проделывать в конце каждого этапа работы.

Цель данного упражнения — научить подростков фиксировать в своем сознании положительные поступки и достижения, которых им удалось добиться за время работы с психологом, вместо того чтобы помнить о своих ошибках, промахах и неудачах.

1. Попросите подростков подумать о прошедшей неделе и мысленно вспомнить (день за днем) обо всех хороших поступках, которые им удалось совершить на прошедшей неделе.
1. Пусть ребята возьмут лист бумаги с фломастерами и запишут три хороших поступка, которые более значимы для них, чем все остальные.
Например, выполнили сложное и неприятное для них домашнее задание, написали реферат, приняли участие в выполнении стенгазеты, выучили наизусть длинное стихотворение или сами вычистили свои ботинки.

1. После того как подростки запишут свои хорошие поступки, пусть они похвалят себя одним спокойным предложением за все три события.

Например: «Марина, ты на самом деле здорово это сделала!» или «У меня это действительно хорошо получилось!».

Пусть они запишут это хвалебное предложение на свой лист с хорошими поступками цветными фломастерами.

Рефлексия